

Kirchliche Arbeit mit und für die Generation 55 +

A) Die Generation 55+ als eigenständige Lebensphase auf der Suche nach einer neuen Kultur des Lebens.

Mitarbeitende in Seniorenkreisen fragen immer wieder: „Warum kommen denn die jungen Senioren nicht zu uns in die Gruppe? Die Gruppenmitglieder werden älter, und es kommt kein Nachwuchs.“

Menschen, die in den Ruhestand gehen, wollen keine Senioren sein. Sie fühlen sich noch lange nicht alt. Sie wollen nicht in einen Topf geworfen werden mit den noch älteren Senioren, vor allem nicht in Verbindung gebracht werden mit stigmatisierenden Eigenschaften und mit den gängigen Vorstellungen von Alt: meist ein Bild, das von Defizit, Abbau und Krankheit geprägt ist.

In diesem Artikel will ich wesentliche Kennzeichen der jungen Senioren beschreiben, darstellen, wie diese Altersgruppe in der EmK beheimatet ist und aufzeigen, wie kirchliche Arbeit mit dieser neuen Generation aussehen kann.

Schon schwer zu benennen sind Menschen dieser Altersgruppe. Der Begriff „Alte“ oder „Senioren“ sollte nicht fallen. Andererseits erfüllt sie doch einige wichtige Kriterien, die Senioren kennzeichnen; dazu gehören vor allem Ruhestand und eine dadurch ermöglichte neue Lebensgestaltung. Die Suche nach einer von der Altersgruppe angenommenen Bezeichnung bringt teilweise Produkte zum Schmunzeln an den Tag: Silberlinge, Knowies, Best-Ager Ein akzeptierter Name ist jedoch nach wie vor nicht gefunden worden. Im Internet hat sich "Generation 55+" durchgesetzt. Obwohl ich das als Notlösung empfinde, will ich im Folgenden trotzdem von der „Generation 55+“ sprechen.

Will man diese Generation 55+ altersmäßig fassen, gibt es den statistischen und/oder den prozesshaften Zugang. Braucht man Zahlen, dann hilft eher eine Festlegung auf ein Alter. In Untersuchungen wird diese Zahl am unteren Ende entsprechend des Untersuchungszieles zwischen 55 und 59 gewählt.

Der politisch gewollte Frühpensionierungsschub vor Jahren hat die Ruhestandsgrenze bis auf Mitte Fünfzig gedrückt. Damals entstand die Orientierung an der Zahl 55. Die Tendenz geht wieder dahin, Menschen länger im Arbeitsprozess zu halten, so dass mir heute die Zahl 55 zu niedrig erscheint, aber sie hält sich bisher in der öffentlichen Wahrnehmung. Die Abgrenzung nach oben wird mit siebzig Jahren benannt. Darüber gibt es weniger Diskurs.

Betrachtet man die Altersgruppe prozesshaft, dann beginnt der Einstieg in diese Lebensphase mit dem Übergang in den Ruhestand. Und der fällt sehr unterschiedlich aus. In einigen Berufen wird bis zum 65. Lebensjahr gearbeitet, manche Arbeitnehmer fühlen sich dann noch zu jung, um aufzuhören. Andere werden mit 57J. durch Vorruhestandsregelungen aus dem Berufsleben katapultiert, wieder andere würden gerne arbeiten, finden aber keine Anstellung mehr. Das durchschnittliche Rentenalter lag 2005 bei Frauen bei 59,9 und bei Männern bei 61,6 Jahren.

Die Altersabgrenzung nach oben ist damit verknüpft, dass Älterwerdende ihre Lebenskräfte mehr und mehr für sich selbst und ihren Alltag benötigen und deshalb ihre nach außen gerichteten Aktivitäten reduzieren. Das lässt sich altersmäßig schwer fixieren; diese Umbrüche geschehen jedoch bei vielen um die 70.

Die genannten Hintergründe sind schon wesentliche Faktoren dafür, warum diese Generation 55+ nicht leicht fassbar ist. Weitere Faktoren dafür werden im Folgenden deutlich.

Die Lebenserwartung ist in Deutschland in den letzten hundert Jahren kontinuierlich gewachsen. Nach der Sterbetafel 2005/2007 beträgt die durchschnittliche Lebenserwartung für neugeborene Jungen 76,9 Jahre und für neugeborene Mädchen 82,3 Jahre.

Die demographische Entwicklung veränderte die Alterslandschaft so, dass es immer mehr alte Menschen gibt (Quantität), dass sie immer älter werden, dass es immer weniger junge Menschen gibt (Unterjüngung der Gesellschaft) und dass durch die zeitigere Entberuflichung Menschen immer früher alt gemacht werden. Angesichts des vorherrschenden Jugendkultes fällt es deshalb vielen auch schwer, sich zu ihrem tatsächlichen Alter zu stellen.

Alter umfasst heute eine Spanne von 50 Jahrzehnten. Schon das legt nahe, dass der Alternsprozess nicht bei allen gleich ablaufen kann. Daher differenziert sich das Alter in verschiedene Abschnitte: Generation 55+, Ältere und Hochbetagte.

Eine über zehn Jahre gehende Langzeitstudie der Charité Berlin hat gezeigt, dass es nötig ist, die ersten Jahre nach dem Ruhestand als einen eigenständigen Lebensabschnitt, als eine dritte Lebensphase, zu betrachten. Die entscheidenden Faktoren dafür werden wie folgt beschrieben:

- „1. Sie sind nicht mehr im Berufsleben verankert, sie wollen aber auch nicht den noch vorhandenen Mustern vom Altersleben entsprechen.*
- 2. Sie liegen unter anderem in der Befreiung von Verpflichtungen, die so nie wieder auftreten werden und die die Betroffenen belastet haben.*
- 3. Die Differenz liegt aber auch in der Chance, bislang vernachlässigte Lebensbereiche in die Gestaltung des Lebens einzubeziehen.*
- 4. Die Differenz liegt in der Möglichkeit, sich für neue Aufgaben zu engagieren.*
- 5. Nicht zuletzt zeigt sich die Differenz zum vorangegangenen Lebensabschnitt, u. a. in einer spezifischer Weise dem generativen Kontext verpflichtet zu sein.“*
(s. Lit.-Hinweis Nr. 1)

In modernen Gesellschaften ist ein eigener, abgrenzbarer Lebensabschnitt entstanden - die dritte Lebensphase, jenseits eines Lebens mit Erwerbsarbeit, aber auch jenseits traditioneller Altersrollen. Zwischen „Nicht mehr“ und „Noch nicht“ suchen die Betroffenen nach neuer Identität.

Wichtig erscheint mir, wahrzunehmen, dass es für diese geschichtlich neue Situation keine Rollenvorbilder gibt. Diese jetzige Generation experimentiert noch an einer neuen Kultur des Lebens. Als Christen stehen wir mitten in diesem gesellschaftlichen Prozess und können ihn mit prägen.

Die Betroffenen haben auf der einen Seite große Freiheit. Wir leben in einer Optionsgesellschaft mit einer Rollenvielfalt, mit Wahlfreiheiten, mit einer Erlebnis- und Konsumvielfalt.

Im Ruhestand einen eigenen Lebensstil bewusst zu gestalten und nicht irgendwie hineinzuschlittern, ist wahrlich eine große Aufgabe. Jeder und jede muss dabei sein eigenes Bild entwickeln und leben. Wie darin sinnvolles, lebenswertes, vernünftiges, ethisch vertretbares, sinngebendes, christlich geprägtes Leben aussehen kann, ist eine große Lebensgestaltungsaufgabe, ist eine Herausforderung.

Kirchliche Arbeit mit und für die Generation 55+ unterstützt Menschen bei der großen Lebensgestaltungsaufgabe des Älterwerdens und bei der Prägung einer neuen Kultur des Alterns. Sie trägt dazu bei, dass Menschen den Übergang in den Ruhestand besser bewältigen und gibt Impulse für ein gelingendes Leben in der dritten Lebensphase.

B) Wesentliche Kennzeichen der dritten Lebensphase

A) Simone Heckmann hat in ihrer Diplomarbeit fünf Trendlinien von jungen Senioren festgehalten:

1. Alter dauert länger und wird vor allem in der ersten Phase gesünder erlebt
2. Stärkerer Bedarf an Orientierungs- und Aktivierungsangeboten

3. Steigendes Interesse an Gesundheit und Selbständigkeit
4. Stärkerer Fokus auf Erlebnis- und Aktivitätszeiten
5. Wunsch nach sozialen Kontakten, Kommunikation, Geselligkeit und Gemeinschaft
(S. Lit.-Hinweis Nr. 2, S. 30)

Menschen in der dritten Lebensphase sind statistisch vital, aktiv, körperlich fitter wie vor 30 Jahren, besser gebildet als vor 30 Jahren, sie haben mehr Geld als je zuvor, sie haben Zeit und Lust. Sie wollen Kompetenz erleben und Einschränkungen vergessen. Ihr Konsumverhalten ist kritisch, überlegt und qualitätsbewusst. Der Medienkonsum dieser Gruppe ist zunehmend.

Als Freizeitaktivitäten werden u. a. das gesellige Zusammensein, Zeitung lesen, Hobby, Zusammensein mit Kindern und Jugendlichen, Gartenarbeit, Unterwegssein (reisen – wandern), sinnvolle Aufgaben wahrnehmen hoch bewertet.

Menschen in der dritten Lebensphase leben in sehr unterschiedlichen Lebenssituationen bezüglich ihrer Kinder, Enkel, Eltern, ihrer finanziellen Situation, ihrer Wohnsituation. Die physischen und psychischen Gegebenheiten haben großen Einfluss auf die Lebensmöglichkeiten. Partnerschaft, Kontakte, Lebensanschauungen, Glaube, Werte, Lebenserfahrung, Interessen sind weitere Stichworte, die die Lebensgestaltung beeinflussen.

C) Wesentliche, für die kirchliche Arbeit zu berücksichtigende Kennzeichen der Generation 55+

Im EmK-Zentralkonferenz-Team für Seniorenarbeit haben wir folgende Merkmale zusammengetragen:

1. Das Interesse des Einzelnen kommt vor seiner Alterszugehörigkeit.
2. Sie wollen Gemeinschaft erleben, Kommunikation wird großgeschrieben.
3. Sie sind kompetent und lebenserfahren.
4. Sie leben gesundheitsbewusst.
5. Diese Generation ist stark ehrenamtlich tätig.
6. Es ist eine lebenslang lernende Generation.
7. Sie leben oft als Sandwichgeneration.
8. Das Lebensgefühl dieser Altersgruppe.
9. Es gibt die „Armen“ unter ihnen.

Ich ergänze diese Stichworte mit Bedeutungen für die kirchliche Arbeit mit der und für die Generation 55+.

1. Das Interesse des Einzelnen kommt vor seiner Alterszugehörigkeit.

Diese Altersgruppe ist es gewohnt, auszuwählen. Dabei steht das persönliche Interesse ganz vorne. Sie wollen sehen und erleben (unterwegs sein), sich betätigen, sich sinnvoll engagieren, tun, was nicht ohne andere geht; sich bilden und kulturelle Angebote wahrnehmen. Diese Generation lebt sehr selbstbestimmt. Nur weil man ein bestimmtes Alter hat, geht man nicht zum Seniorenkreis.

Ein Programm mit Betreuung und Versorgung, mit vorbereiteter Unterhaltung und Geselligkeit mit bestimmten Leuten wird schwer angenommen.

Die von uns in der SJK durchgeführten Jungseniorentage zeigten, dass Menschen in der dritten Lebensphase Interesse zeigen für zeitlich abgrenzbare Projekte oder Initiativen von Gleichgesinnten. Dabei ist Mitbestimmung wichtig, aber auch die Möglichkeit, verantwortlich zu leiten oder mitzuarbeiten. Da das Interesse im Vordergrund steht, braucht es nicht zwingend spezifische Altersgruppenangebote. Das ist auch eine Chance für generationenübergreifende Initiativen und Projekte.

2. Sie will Gemeinschaft erleben, Kommunikation wird großgeschrieben.

Simone Heckmann zeigt auf, dass die Altersstatistik der EmK nur ganz minimal von der in Deutschland abweicht. Wir sind als Kirche nicht überaltert. Ebenso zeigt sie auf, dass die Menschen der Generation 55+ bei uns in der EmK weithin aktiv Mitarbeitende sind und in bestehende Gemeindeguppen integriert sind. Das bestätigt noch einmal die Interessenorientierung.

Die Generation 55+ ist in Chöre, Hauskreise, Gebetskreise eingebunden; Wandergruppen kommen dem Gemeinschaftsmerkmal sehr nahe, weil sie Gesundheit und Aktivität mit beinhalten.

Dazu ist diese Generation in der Lage, Initiativen zu ergreifen, z. B. Treffen zu bestimmten Themen zu veranstalten und auch Freizeiten selbst zu organisieren.

3. Kompetent und lebenserfahren

Die Generation 55+ will mit ihrem Wissen, Können, ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten ernst genommen werden. Diese lebenserfahrenen Menschen wollen sich einbringen, gestalten, mitbestimmen. Deshalb brauchen wir Arbeitsformen, die *mit* ihnen entwickelt und durchgeführt werden. Die Selbststeuerung der Menschen dieses Alters ist zu beachten und zu fördern.

Als Kirche und Gemeinde bieten wir ihnen entsprechende und notwendige Aufgaben an. Auch die Menschen der Generation 55+ haben jedoch die Freiheit, Dienste zu begrenzen oder Nein dazu zu sagen.

Wir sollten als Kirche oder Gemeinden offen dafür sein, dass sich ganz neue Formen von Gemeindegarbeit entwickeln könnten, die an die Fähigkeiten vor Ort lebender Personen anknüpft. „Was willst oder kannst du?“, lautet dieser Ansatz.

4. Sie lebt gesundheitsbewusst.

Das ist nötig angesichts einer „Gesellschaft des langen Lebens“. Im dritten Lebensalter wird dafür entsprechend viel Zeit und Geld aufgewendet. Auch in Gemeinden könnten interessenorientierte Kurse und Veranstaltungen durchgeführt werden. Kooperationspartner dazu gibt es meist vor Ort. Warum nicht gemeinsam mit einer Krankenkasse oder Ärzten solche Angebote entwickeln?

5. Freiwillig stark ehrenamtlich tätig

Die Freiwilligensurveys der Bundesregierung zeigen, dass das ehrenamtliche Engagement der 56-75jährigen von 1999 – 2004 um ca. 5 % gewachsen ist. Dauerhaft verpflichtende Ehrenamtlichkeit wird ab 60 Lebensjahren deutlich geringer. Überschaubare Verpflichtungen für Zeiträume von höchstens zwei bis drei Jahren liegen im Trend. Damit korreliert die Erwartung, für solche Ehrenämter dann qualifiziert ausgebildet zu werden.

Simone Heckmann hat festgestellt, dass die Ehrenamtszahlen in der EmK noch etwas höher liegen als beim gesellschaftlichen Durchschnitt. Kapazität scheint ihr noch vorhanden zu sein. Als Bedingungen nennt sie: klar beschriebene Aufgaben, Kompetenz bei der Aufgabe, wenn nötig, eine Ausbildung und die normalen Rahmenbedingungen für ehrenamtliche Tätigkeiten (Aufwandsersatzungen, Versicherung, Anerkennungskultur ...) müssen stimmen.

Ich erlebe, dass wir als EmK-Bezirke auch an Grenzen kommen, alles selbst anzubieten. Nicht immer sind Menschen da, die Leitungsaufgaben wahrnehmen können. Viele Gemeinden sind auch zu klein. Vielleicht sind Verbände oder Regionen eine Größe, in der Chancen und Möglichkeiten des Engagements besser genutzt werden könnten. .

Kooperationen mit anderen Initiativen, Institutionen und anderen Gruppierungen halte ich ebenso für einen angemessenen Weg, „Ermöglichungsstrukturen“ zu schaffen. Durch solche

Vernetzungen werden ganz verschiedene Möglichkeiten für ehrenamtliches Engagement aufgezeigt und Mitarbeit für die sehr unterschiedlichen Interessen und Engagementformen abgefragt. Ob wir selbst Netzwerke initiieren und Bestandteil davon werden, ist eine zweitrangige Frage.

Auch Männer und Frauen der Generation 55+ haben Anteil am missionarischen Auftrag der Kirche. Ihre Kraft und Erfahrung können sie in evangelistische und diakonische Initiativen einbringen, innerhalb und auch außerhalb der EmK. Eine große Vielfalt von Ehrenamtsdiensten steht zur Verfügung.

6. Eine lebenslang lernende Generation

Berufliche Fortbildung gehörte für die meisten zur Normalität. Die Fähigkeit zum selbstorganisierten Lernen ist bei vielen vorhanden. Lernen in unterschiedlichsten Bereichen kann in der dritten Lebensphase selbst organisiert werden. Ein Tanz-Auffrischkurs z. B. ist leicht zu organisieren, einige Abende zu unterschiedlichsten Themen sind es ebenso. Modelle zu „Paul Gerhardt“ oder „Schöpfung“ sind auf der EmK-Seniorenhomepage zu finden (s. Lit.-Hinweis Nr. 3).

Hierzu gehört auch die Beschäftigung mit den eigenen Bedürfnissen, der eigenen Lebenssituation und -geschichte. In „Horizonte“, Ausgabe 3/2007, finden Sie z. B. einen Baustein für das Gespräch zum Übergang in den Ruhestand; der Baustein ist ebenfalls auf der Seniorenhomepage zu finden.

7. Sie lebt oft als Sandwichgeneration.

Das meint, dass die Generation 55+ Verpflichtungen hat gegenüber den alten Eltern und zeitgleich gegenüber Kindern und Enkeln. Das Miteinander der Generationen ist auch aus diesem Blickwinkel ein wichtiges Thema.

Die Begleitung und Pflege der oft hochaltrigen Eltern ist eine große Herausforderung. Sowohl den Hochaltrigen der Gemeinde als auch den begleitenden Angehörigen von den Bezirken her Hilfestellungen anzubieten, wäre ein mögliches diakonisches Projekt.

8. Das Lebensgefühl der Generation 55+.

Untersuchungen zeigen, dass man sich 8 – 10 Jahre jünger fühlt, als man tatsächlich ist. Die Erhebung von Simone Heckmann (Lit.-Hinweis Nr. 2) in den Bezirken und die Erfahrung der Jungseniorentage zeigen die Neigung auf, sich nicht mit dem eigenen Altern beschäftigen zu wollen. Programme, die genau das ausschreiben, werden schwerer angenommen. Ich meine, dass es mit dem immer noch vorhandenen defizitären Altersbild zusammenhängt.

Es bleibt richtig, dass das Altern als Prozess Grenzen und Verluste mit sich bringt. Abnehmende Kräfte, beängstigende Erfahrungen, wie das Alter eben auch aussehen kann, stehen vor Augen. Die Bibel ist realistisch wenn sie davor die Augen nicht verschließt, z. B. in Prediger 12 in einer sehr bildhaften Sprache.

Wer sich positiv auf den eigenen Alternsprozess einlassen kann, der wird Kompetenz, Lebensreife, Weitherzigkeit, Freude und Glaubensgewissheit entdecken, die ebenso zu diesem Lebensabschnitt gehören.

Die Auseinandersetzung mit dem Altersbild scheint mir unabdingbar. Es wäre ein wichtiger Schritt, Alter in seiner großen Bandbreite und vor allem auch in seinen positiven Lebensmöglichkeiten zu entdecken.

Wie man in den Jahren vor dem Ruhestand gelebt hat, so wird das Leben sich im Wesentlichen fortsetzen, – das zeigen Untersuchungen.

Eine Untersuchung von 1995 zu Lebensstilen und Haltungen von jungen Senioren zeigt auf, dass es neben den „aktiven neuen Alten“ auch noch andere gibt.

Der „pflichtbewusst-häusliche Typ“ (ein Viertel) steht neben dem „sicherheits- und gemeinschaftsorientierten Typ“ (ein weiteres Viertel). Und wichtig ist es, auch die „resignierten Alten“ wahrzunehmen (Lit.-Hinweis 4). Diese Differenzierung der Menschen der Generation 55+ hilft zu einem realistischen Blick auf eine sehr differente Gruppe von Menschen. Darum gibt es die Erfahrung, dass auch Menschen mit 65 Jahren gerne in den Seniorenkreis kommen. Diese Typisierung kann vor einer einseitigen Einschätzung dieses dritten Lebensabschnitts bewahren.

9. Es gibt auch Arme unter der Generation 55+.

Damit meine ich auch finanziell Arme, Empfängerinnen kleiner Renten, Empfänger von Hartz IV, Menschen, die 'keine großen Sprünge' machen und nur bedingt am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Als Kirche dürfen sie uns nicht aus dem Blick kommen, so wenig wie diejenigen, die mit dem Umstieg in die neue Lebensphase nicht zurechtkommen. Es gibt auch in dieser Altersgruppe Betroffene, die diakonische und seelsorgerische Zuwendung nötig haben. Sie bringen in unsere Gemeinden ihre Erfahrung ein, wie man mit Grenzen leben kann; ihre Lebenserfahrung ist Leben mit Leiden und sie können uns einen Lebensstil vorleben, der nicht am Geld orientiert ist.

D) Ansatzpunkte für eine kirchliche Arbeit mit der Generation 55+

Kirchliche Arbeit mit der Generation 55+ hat Ansatzpunkte sowohl bei den Bedürfnissen als auch bei den Interessen der Betroffenen. Sie kann zudem anknüpfen an den Kompetenzen, Fähigkeiten und Fertigkeiten.

Arbeit mit Menschen der Generation 55+ braucht wie jede Initiative Köpfe und Menschen, die vorangehen, anstecken, begeistern. Alle guten Ideen bleiben theoretische Möglichkeiten, werden sie nicht von Einzelnen oder von kleinen Initiativgruppen aufgegriffen.

Initiative in den Bezirken kann ausgehen von Einzelnen oder vom Pastor / der Pastorin. Impulse können kommen von Foren und Räten vor Ort, von vielerlei Zusammenschlüssen kirchlicher und anderer Träger. Fragen Sie sich selbst oder halten Sie, liebe Leserinnen und Leser, Ausschau nach den Menschen, die zu solchen Impulsen fähig sein könnten. Das ist insbesondere auch eine Aufgabe für die Leitungsgremien in den Bezirken.

Die niedergeschriebenen Gedanken bieten einen ersten wichtigen Zugang zur Lebensrealität der Generation 55+. Auf der Homepage der Seniorenarbeit finden sie weitere Artikel und Impulse für die Beschäftigung mit den Menschen dieser neuen Lebensphase.

Erwin Ziegenheim, Sekretär für Seniorenarbeit der SJK

Literatur-Hinweise

1. Forschungsbericht: Neue Formen des Alterns; nur direkt zu beziehen bei Charité, Institut für med. Soziologie, Prof. Dr. A. Kuhlmeier, Thielallee 47, 14195 Berlin; ca. € 15,-.
2. Simone Heckmann, „Junge Senioren in der kirchlichen Erwachsenenbildung“ Diplomarbeit 2008; Infos als ppt-Präsentation auf der Emk-Seniorenhomepage, Adresse s. 3.
3. www.emk-bildungswerk.de/emk_bildungswerk_material_senior.html
4. A. Niederfranke, G. Naegel, E. Frahm (Hrsg.), , Funkkolleg Altern 1, S. 161, Westdeutscher Verlag 1999