

„Alt werden? Anders!“



**Dokumentation und Anregungen
vom Impulstag des Forum Älterwerden
am 09.02.2019 in der EFG Kassel-West**

unter:

www.baptisten.de/aelterwerden

Referat und Gesprächsanregungen von Friedrich Schneider

Einführung:

Im Forum Älterwerden haben wir es in den letzten Jahren immer wieder betont:

Wir glauben, dass im Blick auf das Alter ein **Paradigmenwechsel** sinnvoll ist:

Es gibt eine **große Vielfalt von Lebensmöglichkeiten** und Situation für Menschen über 65.

Die Gesellschaft, die Wirtschaft muss sich darauf einstellen.

Aber auch wir als Gemeinden.

Die traditionelle Seniorenarbeit muss ergänzt werden durch andere Formen.

Gemeinden brauchen eine Vielfalt von Angeboten und Aktivitäten, die den bunten Lebensmöglichkeiten von älteren Erwachsenen entsprechen.

Zur Erinnerung noch mal:

Die nachberufliche Phase nannte man früher den Lebensabend. Die Zeit war begrenzt. Wer mit 65 in den Ruhestand ging, hatte vielleicht noch 10 gute Jahre. Heute unterscheidet man grob gesagt drei Generationen für eine Altersspanne, die 20-30 Jahre umfasst.

Das ist etwa die gleiche Zeitspanne, die wir am Anfang des Lebens als „Kindheit und Jugend“ beschreiben. Darauf haben wir uns in unseren Gemeinden schon lange eingestellt.

Es gibt Sonntagsschule, Jungschar (9-13), Teenies (13-17) und Jugendlichen (18-27).

Die Angebote müssen differenziert sein. Das leuchtet allen ein.

Traditionell sind aber alle Menschen über 65 Senioren. Das funktioniert nicht mehr.

Dabei sind die unterschiedlichen Generationen nicht nur durch das jeweilige Lebensalter definiert, sondern vor allem durch die Möglichkeiten der Lebensgestaltung.

Heute sind Menschen zu Beginn des Ruhestandes biologisch gesehen oft 10 Jahre jünger als noch vor 30-40 Jahren. Sie kleiden sich anders, sind gesünder und unternehmungslustiger. Meistens jedenfalls.

Und auch wenn irgendwann körperliche oder mentale Einschränkungen auftreten, sind ausreichend Hilfsmittel zur Verfügung, um dennoch aktiv und mobil zu bleiben. Viele Gemeinden müssen im Kirchenraum Platz schaffen für einen Rollatoren-Parkplatz ...

Und auch bei noch stärkerer Einschränkung oder gar Pflegebedürftigkeit ist das Leben noch lange nicht zu Ende.

Ich möchte euch heute Vertreter aus drei Generationen bzw. Lebensabschnitten vorstellen.

Und ich will euch anregen, darüber nachzudenken, was diese Personen jeweils brauchen, wenn wir über gemeindliche Angebote für ältere Erwachsene nachdenken.

Dabei hat sicher die „klassische“ Seniorengruppe nicht ausgedient. Aber wir müssen uns unsere Zielgruppe genauer ansehen, um passgenaue Angebote zu machen.

Nur weil ich ein bestimmtes Alter erreicht habe, gehe ich noch lange nicht in eine bestimmte Gemeindegruppe.

Ich gehe sowieso nur in die Veranstaltungen, die mich interessieren oder mir entsprechen.

Und dann muss ich auch noch Zeit haben und vielleicht überlege ich mir auch noch, wen ich da wohl treffe.

Das können wir beklagen, weil die traditionellen Seniorengruppen aus solchen Gründen Nachwuchsprobleme haben – und viele klagen auch zu Recht. Aber es nützt nichts.

Wir sollten stattdessen die Entwicklung für neue Angebote und Möglichkeiten nutzen.

Lieber auf den Wellen reiten als versuchen, sie zu brechen...

Also: Schauen wir uns die Alten mal an.

Dabei werden wir allerdings auch feststellen, dass sich selbst Prototypen nicht so eindeutig beschreiben lassen.

Was nämlich für das ganze Leben zutrifft, wird im Alter auch nicht anders:

Das Leben ist voller Widersprüche. Unsere Vorlieben und Vorhaben sind nicht eindeutig.

Es gibt viel „sowohl - als auch“ und ein Hin- und Hergerissen-Sein.

Macht euch selbst ein Bild:

Vorstellung von drei „Prototypen“:

1. Sabine (65) und Wolfgang (67)

Sabine hat als Grundschullehrerin gearbeitet, ist aber schon mit 60 vorzeitig in den Ruhestand gegangen – weil sie es sich leisten konnte, vor allem aber, weil die Schüler zunehmend anstrengend wurden und sie sich fragte: Warum tue ich mir das an?

Wolfgang war bei der Bank. Er hat zuletzt eine Volksbank-Filiale in ihrer Kleinstadt geleitet.

Auch er ist jetzt im Ruhestand. Aber er kennt immer noch viele Leute aus dem Ort. Fast routinemäßig begrüßt er fast jeden, wenn er einkaufen geht.. .

Bei seinem Eintritt in den Ruhestand vor einem Jahr haben sie sich ein Wohnmobil gekauft, mit dem sie immer mal wieder für ein paar Tage unterwegs sind.

Letztes Jahr im September und Oktober für 6 Wochen am Stück: Schlösser der Loire. Sie lieben Frankreich, das Essen, die Kultur...

Sie machen aber auch gern und spontan Radtouren in der näheren und weiteren Umgebung. Wenn man sein Bett immer dabei hat, kann man auch mal spontan länger bleiben.

Typische Ambivalenzen: Was beschäftigt sie?

Loslassen der Verantwortung	Wunsch nach sinnvoller Beschäftigung
Jahrelang im Beruf ständig präsent Auch in der Gemeinde immer dabei Er: Vorstandsarbeit, Sie: Kinderkirche Jetzt FREIHEIT!	Nur Freizeit ist langweilig Sinnvolles: Deutschunterricht für Flüchtling – aber jetzt vorbei. Was nun? Vielleicht was außerhalb der Gemeinde?
Keine Festlegung	viele Vorhaben und Termine
Wetterbericht: Spontan wegfahren Kunstaussstellung: Hin! Enkel besuchen! Alles spontan.	Und doch: Kalender gefüllt, viele Vorhaben, wenig Zeit für Freunde und Hobbies. Zeit vergeht so schnell.
Intellektuelles Interesse	wenig Gesprächspartner
Theologisch interessiert, Bücher Kunst, Theater Eigene finanzielle Möglichkeiten	Wenig Begegnung auf Augenhöhe Manchmal „ketzerische“ Gedanken Nicht alle können mitmachen (Reisen)

2. Erika, 76 Jahre

Sie hat Verkäuferin gelernt, dann viele Jahre ihre Mutter gepflegt. Der Vater ist nicht aus dem Krieg zurückgekommen. Geschwister hat sie keine. Zum Heiraten ist es nicht gekommen, Ausgehen war nicht ihr Ding. Als Gemeindegängerin schon gar nicht. Die Rente ist sehr knapp, reicht gerade für die 2-Zimmer-Wohnung unterm Dach. Das Haus hat keinen Fahrstuhl. Gleichaltrige besuchen sie nicht gern. Zu viele Treppen. Sie merkt auch, wie mühsam das ist. Aber noch ist sie einigermaßen fit. Sie kann auch noch 3 Tage in der Woche jeweils über Mittag in der Bäckerei aushelfen. Damit bessert sie ihre Rente auf. Aber das strengt sie auch an. Und wer weiß, wie lange es die kleine Bäckerei noch geben wird...

Sie gehört seit 66 Jahren zur Gemeinde. Sie geht auch regelmäßig zum Gottesdienst, aber seit ein paar Jahren kann sie die Lieder nicht mehr mitsingen. Die sind ihr zu modern und oft auch noch englisch. Das hat sie nie gelernt.

Typische Ambivalenzen: Was beschäftigt sie?

Enge Finanzen	Gemeinschaft und Mitmachen
Rente reicht kaum, immer rechnen, Ausflüge, reisen gehen nicht.	Freunde und Gemeindeglieder unternehmen viel, sie kann nicht mit
Immer noch aktiv	häufig überfordert und müde
Arbeit in Bäckerei, Kuchen backen für Gemeindefest, Seniorengruppe, Winterspielplatz – macht ihr Spaß	Es wird aber auch zu viel! Sehnsucht nach RUHE! Aber wer rastet, der rostet...
Glaube ist Gehorsam und Nachfolge	Betonung der „Gnade“
Mitarbeit ist doch selbstverständlich Arbeit macht ja sonst kein anderer	Einfach so genießen, Gnade erleben? Einfach nur da sein? Fällt ihr schwer.

3. Elisabeth, 86 Jahre

Bisher war sie ganz fit, aber dann ist sie gestürzt. Oberschenkelhalsbruch. Noch im Krankenhaus ist die alles bestimmende Frage: Kann sie wieder zurück in ihre Wohnung? Ihre Tochter (64) kann sie nicht betreuen, sie ist selbst noch berufstätig und hat 2 erwachsene Kinder und 3 Enkel, um die sie sich kümmert. Elisabeths Mann ist schon vor 10 Jahren gestorben.

Auch für Elisabeth war die Gemeinde immer ein Zuhause. Sie hat lange im Chor gesungen und die Frauengruppe geleitet. Sie hatte viele Kontakte, aber inzwischen sind viele Freunde schon tot, andere können auch nicht mehr so. Sie hat auch immer gern junge Leute eingeladen – vor allem die Mädchen, die gerade aus dem Gemeindeunterricht entlassen wurden. Sie fand immer interessant, wie die so leben. Aber die kommen natürlich nicht zu ihr ins Krankenhaus ...

Typische Ambivalenzen: Was beschäftigt sie?

am (Gemeinde-)Leben interessiert	fehlende Mobilität
Liest Gemeindebrief, freut sich über Besuch, sehr kontaktfreudig	Will niemandem zur Last fallen hat kein Telefon im Krankenhaus
traditionell christlich erzogen	Irritiert und offen für „das Moderne“
Viel Druck, viel Entbehrung, klare Orientierung – war damals so	Interessiert am Leben der Teenies nicht verstehen – nicht verurteilen / anders
krisenerprobt und belastbar	Einsamkeit, Kontaktlosigkeit
Krisen bewältigt, als 3. Kind und Mann gestorben sind/ Mit Gott gehadert, doch getragen	Wen interessiert das, was sie erlebt hat? Wer tröstet sie? Wie ist das mit Vergebung der Schuld?

Kleingruppengespräch:

Hineinfühlen in die jeweilige Lebenssituation – vielleicht noch erweitern mit eigenen Eindrücken

- Wenn ich eine dieser Personen wäre: Wie geht es mir?
- Was brauche ich zur persönlichen Lebensgestaltung?
- Was wünschte ich mir von meiner Umgebung, von meiner Gemeinde?

Zusammenfassung und Anregungen:

Es sind die grundlegenden Fragen des Lebens, die sich in unterschiedlichen Situationen immer wieder neu stellen und die sich auch auf die Art, wie wir älter werden, auswirken:

- Was gibt mir Bestätigung und Selbstwertgefühl?
- Welche Kompetenzen habe ich?
- Was macht mir Spaß und erhöht meine Freude am Leben?
- Welche Beziehungen pflege ich?
- Wie reagiere ich in Herausforderungen und Krisen?
- Was gibt mir Sicherheit und Geborgenheit?
- Was oder wer tröstet mich?

Alle Menschen haben diese Fragen – Christen und Nichtchristen -, weil sie zu unserem Menschsein gehören.

(Wichtiger Anknüpfungspunkt für „missionarische“ Angebote)

Weiterentwicklung:

- Ideen für eine moderne Gemeindegemeinschaft mit mobilen älteren Erwachsenen
Thematisch orientiert, generationsübergreifend, flexibel, Kultur, Politik ...
- Ideen für teilhabeorientierte Gemeindegemeinschaft
Diakonische Angebote (Mittagstisch, Kleiderkammer ...), Gemeinschaft,
- Ideen für eine aufsuchende Gemeindegemeinschaft
(vgl. „Ich bin da“), Abhol- und Besuchsdienst, Zusammenarbeit mit ambulanter Pflege und Altenheimen

.....

Gruppenarbeit anhand der Word-Café-Methode mit Joachim Keferstein:

Kurze Erläuterung der Methode:

Drei Tischgruppen sind vorbereitet: Sie sind mit Tapetenrollen ausgelegt, die als „Tischdecken“ dienen und beschriftet werden sollen. Unterschiedliche Fragen sind dafür Impulsgeber (s.u.).
Thema, Zielsetzung und Ablauf werden erläutert.

Die Teilnehmenden suchen sich als „Gäste“ einen Platz an einem Tisch ihrer Wahl.
Ein „Gastgeber“/ eine „Gastgeberin“ führen an jedem Tisch in das jeweilige Thema ein und geben Hinweise zur „Café-Etikette“; es soll eine offene, klare und freundliche Atmosphäre entstehen.

Es folgen drei Gesprächsrunden von je 20 Minuten.

Wichtige Ideen werden sofort auf der „Tischdecke“ notiert, veranschaulicht und verknüpft.

Nach jeder Gesprächsrunde wechseln die Teilnehmenden, so dass sich unterschiedliche Gesprächskonstellationen ergeben. An jedem Tisch **bleibt der Gastgeber/ die Gastgeberin** zurück, um die dann neu ankommenden Gäste über das Bisherige zu **informieren**.
Dann startet das Gespräch erneut.

Am Ende der letzten Gesprächsrunde werden in den dann bestehenden Gruppen die wichtigsten Aspekte (Ergebnisse, Ideen) des gesamten Gesprächsverlaufs (best five) herausgefiltert und als **Kernworte** auf (5) Moderationskarten notiert. Sie bilden die Grundlage der abschließenden Plenumsdiskussion.

Impulsfragen:

1. Was sollte geschehen, damit Menschen meines Alters sich mit der Gemeinde identifizieren?
2. Was können Menschen meines Alters dazu beitragen, dass die Gemeinde Generationen verbindet?
3. Welche Angebote sind für Menschen meines Alters außerhalb der Gemeinde interessant?

Zusammenfassende Ergebnisse / Kernworte:

Was sollte geschehen, damit Menschen meines Alters sich mit der Gemeinde identifizieren?

Toleranz / Offenheit
Leitbild und Struktur
Gestalten / sich einbringen
Zu Hause finden / Zu Hause sein
Weiterkommen / Lernen / Neues erleben

Was können Menschen meines Alters dazu beitragen, dass die Gemeinde Generationen verbindet?

Begegnungen schaffen, Projekte initiieren, wie z.B. Theater
Junge Menschen zur Mitarbeit ermutigen, Mentoring, gemeinsame Gottesdienstgestaltung
Gottesdienst: Familiengottesdienst / Generationengottesdienst
Einladungen zum Essen
Bedarfe berücksichtigen / zielgruppenorientiert vs. themenorientiert

Welche Angebote sind für Menschen meines Alters außerhalb der Gemeinde interessant?

Gemeinsamkeiten, wie
spielen, kochen, essen, zuhören,
Sport
Literatur, Konzert, Kultur
Chor, Gospel,
offenes Singen

.....

Andacht „Empfangen und Weitergeben“ Friedrich Schneider

Wir singen das Lied „Gut, dass wir einander haben“.

Es passt zu dem, was ich euch mit auf den Weg geben möchte: Den **Zusammenhang von Empfangen und Weitergeben**. Wir lesen es immer zu Beginn der Abendmahlsfeier bei den Einsetzungsworten: Paulus schreibt (1.Kor 11,23)

„Denn ich habe von dem Herrn empfangen, was ich euch weitergegeben habe.“

Empfangen – weitergeben.

Ein Erlebnis aus meiner **Kindheit**: „Fritz, wach auf, es brennt!“

Mitten in der Nacht weckte mich meine Mutter damit. Ich war wohl so 6 Jahre alt. Und tatsächlich: Es brannte. Bei Frau Phillipp, die unter uns wohnte.

Was ich dann so eindrucksvoll fand – und darum erzähle ich das heute – das waren unsere Nachbarn. Sie waren pragmatisch: Mit Zinkeimern und großen Töpfen bewaffnet bildeten sie eine **Löschkette**. Einer gab dem anderen den Eimer in die Hand, der letzte goss das Wasser ins Feuer. Der Brand in der Küche war schnell gelöscht. Dank dieser Löschkette, Eimer annehmen und weitergeben.

An sie musste ich denken die dem Bibeltext: **„Denn ich habe von dem Herrn empfangen, was ich euch weitergegeben habe.“** Ein Grundprinzip des Reiches Gottes: Paulus kannte Jesus ja nicht persönlich, er war ihm nie begegnet. Was er „vom Herrn“ empfangen hat, das hat Paulus hat es von anderen Jüngern übermittelt bekommen. Aber er ist ganz sicher: Die Überlieferung ist glaubwürdig. Es geht direkt auf Jesus zurück, auch wenn einige Stationen dazwischen liegen.

Empfangen – vom Herrn. Und **weitergeben** – an andere, an viele – auch an die, die man gar nicht mehr selbst kennen lernen kann. **So breitet sich das Reich Gottes aus**. Womit wir selbst beschenkt wurden, beglücken wir andere. Die Liebe Gottes, die bedingungslose Annahme durch Christus – wir sollen sie weitergeben.

Dieser Zusammenhang von Annehmen und Weitergeben findet sich im Alten und Neuen Testament immer wieder. Der Glaube ist auf **Tradition** - „tradere“ - **hinübergeben** - angewiesen, auf das Weitergeben an andere – auch über die Generationen hinweg.

Am Anfang der Bibel finden wir die sog. **„Väter-Erzählungen“** - „Eltern-Erzählungen“, da ja tatsächlich auch die Frauen eine große Rolle spielten. Dort wird vom „Gott Abrahams, Isaaks und Jakobs“ erzählt. **Glaube und Biografie gehören zusammen**. Der Glaube bewegte Abraham zum Aufbruch. Und was er unterwegs erlebte, hatte etwas mit Gottes Leitung und Begleitung zu tun. „Ich will dich segnen und du sollst ein Segen sein.“ Ich gebe dir, damit du weitergeben kannst...

Die Verheißungen des Glaubens – immer wieder gefährdet durch widrige Umstände – setzen sich in der Lebensgeschichte von Abraham, Isaak und Jakob durch und diese werden zu Urtypen und Vorbildern des Glaubens.

Was sie von Gott empfangen, wird uns nicht nur als Geschichte überliefert, die immer wieder von Generation zu Generation weitererzählt wird. Uns wird damit auch die Art, der Kern des Glaubens, das Wissen über den lebendigen Gott weitergegeben.

Wir können **glauben wie** und **glauben mit** Abraham.

Wir können Gott vertrauen wie diese Menschen, die uns voran gegangen sind und wir sind mit ihnen im Glauben verbunden.

Tradition in diesem Sinn ist **nicht die Erinnerung an vergangene Zeiten** und der Versuch so viel wie möglich davon in die Gegenwart zu retten. Es ist die **Vergegenwärtigung** der Erfahrungen anderer. Ich identifiziere mich mit Abraham und den anderen Vätern des Glaubens und erfahre, ihr Gott ist mein Gott.

In einem der wichtigsten Kapitel der hebräischen Bibel, in Deu 6 heißt es:

4 Höre, Israel, der HERR ist unser Gott, der HERR allein. 5 Und du sollst den HERRN, deinen Gott, lieb haben von ganzem Herzen, von ganzer Seele und mit all deiner Kraft. 6 Und diese Worte, die ich dir heute gebiete, sollst du zu Herzen nehmen 7 und sollst sie deinen Kindern einschärfen.

Das Urbekenntnis Israels, das Schma Jisrael, ist verknüpft mit dem Traditionsauftrag: Was du dir selbst zu Herzen nimmst – das Bekenntnis zu dem einen Gott - gib es weiter an deine Kinder – ja schärfe es ihnen ein als das Wichtigste, das sie für ihr Leben brauchen.

Wir haben eine Verantwortung für den Glauben der Nachfolgenden.

Das ist manchmal schwierig, denn nicht immer ist unseren Kindern und Enkeln das wichtig, was uns als Eltern und Großeltern wichtig ist. Entscheiden sich Kinder anders, sind wir enttäuscht und traurig. Wir müssen lernen zu akzeptieren: Sie sind frei in ihrer Entscheidung. Unsere Aufgabe aber bleibt. Wir stehen in einer Kette von Zeugen, die wir uns nicht selbst gesucht haben.

Es gibt eine besondere Form der Weitergabe des Glaubens, wie sie uns in etlichen Geschichten des alten und neuen Bundes überliefert wird: Als **Begleitung und Ermutigung von Menschen, die dadurch große Aufgaben übernehmen können.**

Heute würden wir das vielleicht **Coaching oder Mentoring** nennen. Jemanden sehr konkret ermutigen und begleiten, um ihn als Mitarbeiter aufzubauen, vielleicht sogar als Nachfolger. Ihm alles beibringen, was man selbst angesammelt hat an Erkenntnissen und Erfahrungen.

Empfangen – weitergeben.

Mose z.B. förderte den jungen Josua.

Der fiel ihm auf, weil er sich als einer der jungen Kundschafter, die das fremde Land durchzogen, nicht der allgemeinen Panikmache der anderen anschloss, sondern voller Mut und Gottvertrauen blieb. Mose bekam regelrecht einen Auftrag von Gott, Josua zu fördern.

Und gebiete dem Josua, dass er getrost und unverzagt sei; denn er soll über den Jordan ziehen vor dem Volk her und soll ihnen das Land austeilen, das du sehen wirst.“

„Getrost und unverzagt“ - 9 mal wird Josua das im 5. Buch Mose und im Buch Josua zugesagt. Er hat es wohl gebraucht ...

Empfangen – Weitergeben.

Mose überträgt nicht nur das Gottvertrauen, sondern auch **den Auftrag.**

Selbst das Lebenswerk aus der Hand geben und sich mitfreuen, wenn ein anderer, ein jüngerer es übernimmt, vielleicht sogar besser macht als man selbst. Einen Nachfolger aufbauen - In der Wirtschaft eine Notwendigkeit, in der Gemeinde Jesu – eigentlich eine Selbstverständlichkeit. In der Bibel an vielen Beispielen abzulesen.

„Denn ich habe von dem Herrn empfangen, was ich euch weitergegeben habe.“

Das feiern wir z.B. auch im Abendmahl, aber nicht nur dort.

Das wollen wir mit unserem ganzen Leben vermitteln.

Dazu sind wir da – gerade wir Alten.