

**Interview zum „Denk-Raum 50 plus“  
Frau Krings interviewt Frau Prof. Dr. Elisabeth Bubolz-Lutz  
ASG Radiowerkstatt  
Sendung am 9.8.2012 um 21 Uhr**

### **Warum sollte man im Alter überhaupt noch etwas lernen und nicht einfach den Ruhezustand genießen?**

- Wir lernen ohnehin unser ganzes Leben lang – also: Neues hinzuzulernen und altes zu verlernen begleitet unser ganzes Leben –
- ...und es bereichert unser Leben
- ...es hält uns auf Trab
- ...es bringt uns neue Perspektiven
- ...und ermöglicht es uns, auch am öffentlichen Leben teilzuhaben.

Wenn Sie jetzt aber fragen: warum kann es für Personen auch nach Beendigung des Berufslebens interessant sein, sich an Bildungsangeboten von öffentlichen Trägern – Erwachsenenbildungseinrichtungen oder Kirchen - zu beteiligen, dann gibt es aus meiner Sicht drei wichtige Aspekte:

Indem ich mich mit Neuem auseinandersetze

- Wird mein persönliches Leben reicher, entwickle ich mich ganz bewusst weiter
- Ich komme in Austausch und Kontakt mit vielen anderen Menschen
- Ich kann weiter am öffentlichen Leben teilnehmen – bin zum Beispiel auch interessanter Gesprächspartner für die Enkel

Und es gibt noch einen weiteren Aspekt

- Ich bleibe fit, trainiere mein Gehirn - das alles hat Einfluss auf eine gesunde Lebensführung.

### **In welcher Weise lernen Ältere Menschen anders als Jüngere?**

- Aus der Lernpsychologie wissen wir, dass Menschen bis weit über die 80 noch lernen können. Aus der Neurobiologie wissen wir, dass sich die Synapsen im Gehirn noch bis ins hohe Alter hinein neu bilden können, wenn wir diesen Prozess durch Lernen anregen. Das ist schon erst einmal grundlegend...
- Wenn Sie nun fragen, was anders ist, so ist das zunächst einmal die Lebenssituation... Man lernt nicht mehr für schulische und berufliche Abschlüsse, sondern fürs Leben...
- Man entwickelt mehr Eigensinn – z.B. sind Ältere nicht mehr gewillt, etwas zu lernen, was sie nicht interessiert – sie lernen aus eigenem Interesse – keine „sinnlosen Silben“
- Sie brauchen allerdings spezielle Lernbedingungen: mehr Pausen zum Erholen, mehr Zeit zum Festigen des Gelernten, immer auch mehr Wiederholungen... das heißt: man muss sich dauernd auf dem Laufenden halten

## Wie kam es zum Projekt „Denk-Raum 50 plus“ und worum geht es dabei?

In Düsseldorf gibt es eine Fülle von Bildungsangeboten – auch speziell für die Generation der sog. „fitten Älteren“. Es gibt einerseits Vorträge und Angebote, die von Bildungsanbietern sozusagen „vorgedacht“ sind. Und es gibt andererseits auch eine Fülle von Weiterbildungsangeboten für Ehrenamtliche.

Jetzt wollten wir – und eben auch die ASG als Düsseldorfer Bildungsträger – einmal zusätzlich eine andere Form erproben, mit der ich selbst in vielen Zusammenhängen gute Erfahrungen gesammelt habe: dem Selbstbestimmten Lernen.

Konkret:

- Das Konzept setzt darauf, dass viele Ältere motiviert sind, sich gerade am Übergang vom Beruf in das nachberufliche Leben noch einmal zu fragen: was interessiert mich eigentlich? Und Wohin möchte ich mich eigentlich entwickeln. Dazu brauchen sie Gespräch und Austausch in einer Gruppe und kein vorgefertigtes Programm.
- Zum zweiten setzt der Ansatz darauf, dass dieser Personenkreis einen reichen Wissens- und Erfahrungsschatz mitbringt, den er in eine Lerngruppe einbringen kann; viele haben Freude daran, ihre Einsichten und Kompetenzen weiterzugeben und auszutauschen.
- Und drittens sind wir davon ausgegangen, dass es mehr lockere, alltagsnahe Formen von Bildung geben sollte – die stärker am privaten Leben orientiert sind – also sog. „Informelle Lernorte“.

Und so haben wir – gemeinsam mit dem Teilnehmenden der „ersten Generation“ – einen Rahmen entwickelt, der zu ihren Vorstellungen passt. Es haben sich 4 Interessensgruppen gebildet mit einzelnen Themen, die die Teilnehmenden interessieren, und 2 x im Semester treffen wir uns in der ASG in der großen Runde. Dort stellt dann jeweils eine Gruppe ihren Stand der Diskussion vor – und alle diskutieren mit. Ansonsten treffen sich die Akteure an den Orten, an denen es für sie passt: z.B. in einem bestimmten Café.

Ich möchte vielleicht noch ein Beispiel anführen, worum es vor allem geht:

Es gibt eine Gruppe, die sich mit dem Thema „Glück“ beschäftigt hat. Da wurde also viel recherchiert und zusammengetragen – und dann im großen Kreis vorgestellt. Auf die Frage, was denn nur der Gewinn dieses Lernens sei, sagte eine Teilnehmerin: „Ich habe gemerkt, dass ich glücklich bin.“ Das bringt die Chancen dieses Ansatzes genau auf den Punkt: hier wird eine ganz persönliche Auseinandersetzung mit Lebensthemen möglich - mit dem eigenen Leben - und das bringt die Einzelnen auch in ihrer persönlichen Entwicklung weiter.