

**Chancen und Grenzen
einer Gemeindeaufbauarbeit
mit Senioren**

*unter Berücksichtigung der Erkenntnisse der
neueren Entwicklungspsychologie des Alters*

Vikariatsarbeit

Ute Eberbach

Vikariatsbegleiterin: Pastorin Ruth Greiner

Vertrauenspastor: Volker Schmidt

Dezember 2010

Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	Seite 3
2. Biblischer Impuls	Seite 4
2.1. Eltern und Kinder	Seite 4
2.2. Miteinander von verschiedenen Alterstufen 1. Joh2, 12-14	Seite 6
3. Entwicklungspsychologie und Gottesbild im Alter	Seite 8
3.1. Entwicklungspsychologie des Alters	Seite 8
3.1.1. Grundlagen	Seite 10
3.1.1.1. Altersdefinitionen	Seite 10
3.1.1.2. Wahrnehmung und Bewertung des Alters	Seite 12
3.1.1.3. Aufrechterhaltung von Selbstwert und Identität	Seite 14
3.1.1.4. Ressourcenentwicklung im Alter	Seite 15
3.2. Entwicklungspsychologie und Glaubensstufen	Seite 16
4. Die Bedeutung für eine Gemeindeaufbauarbeit mit Senioren	Seite 19
4.1. Grundsätzliches	Seite 19
4.1.1. Bedürfnisse	Seite 19
4.1.2. Kapazitäten	Seite 19
4.1.3. Der Wunsch nach Evangelisation	Seite 19
4.2. Mögliche Handlungsfelder	Seite 20
4.2.1. Vorbemerkungen	Seite 20
4.2.2. Im Einzelnen	Seite 21
4.2.2.1. Leitung	Seite 21
4.2.2.2. Gottesdienst	Seite 22
4.2.2.3. Seelsorge	Seite 22
4.2.2.4. Gemeinschaft	Seite 22
4.2.2.5. Spiritualität	Seite 23
4.2.2.6. Sterben	Seite 24
5. Zusammenfassung	Seite 25
5.1. Chancen und Grenzen	Seite 25
5.2. Meine Vision	Seite 25
5.3. Was bleibt?	Seite 26
Literaturverzeichnis	Seite 27

1. Einleitung

Meine Dienststelle im Anfangsdienst ist eine kleine Seniorengemeinde mit rund 37 Mitgliedern, die stark überaltert ist (50 % der Mitglieder sind über 70 Jahre, 10 % über 60 und 20 % zwischen 50 und 59 Jahren). Der Schwerpunkt meines Dienstauftrags lautete, den Gottesdienst möglichst anziehend zu gestalten und daneben zu versuchen, Initiativen zu entwickeln, die zum Gemeindegewachstum führen. Zum Zeitpunkt meines Dienstbeginns gab es außer dem Gottesdienst keine regelmäßige Veranstaltung mehr.

In unserem Gemeindebund, dem BEFG, finden wir eine große Anzahl von kleinen Gemeinden vor. Über die Hälfte aller Gemeinden (gerundet 500 von 900) sind sogenannte kleine Gemeinden mit weniger als 100 Mitgliedern. Viele dieser Gemeinden – aber nicht nur die kleinen Gemeinden - sind überaltert. „Rund ein Drittel aller Angehörigen der Gemeinden des Bundes Evangelisch-Freikirchlicher Gemeinden sind über 60 Jahre alt.“¹ Das weiß die Leiterin des Gemeindegewachstums der rund 83.300 Mitglieder zählenden Freikirche, Irmgard Neese (Wustermark-Elstal bei Berlin).¹ Statistisch nicht erfasst ist der Zusammenhang zwischen dem Durchschnittsalter einer Gemeinde und ihrem Wachstum. Deutschland verändert sich demographisch zu einer Gesellschaft mit immer höherem Seniorenanteil.

Die Aufgabe, die sich stellt, besteht darin, für diejenigen Gemeinden Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, die als Seniorengemeinde leben und wachsen möchten. Der wachsende Seniorenanteil der Gesellschaft lässt sich durchaus als Missionsfeld begreifen. Sowohl im Bereich der aktiven Lebensgestaltung wie im Bereich des diakonischen Bedarfs an Unterstützung lassen sich verschiedenste Handlungsfelder finden. Senioreneinsamkeit und –armut² sind in Deutschland relevante Nöte, ebenso die zunehmende Problematik der Demenz-Erkrankungen durch das hohe Sterbealter. Die Literatur darüber nimmt zu, sowohl im medizinisch-fachlichen Bereich, im sozial-psychologischen Bereich wie auch im Erfahrungsbereich und in der Belletristik.

Um der gestellten Aufgabe gerecht zu werden, beschäftigt sich ein wesentlicher Teil (Teil 3) dieser Arbeit mit der Entwicklungspsychologie des Alters. Da er auf

¹ Rösler, Klaus: „Was wird aus der Seniorenarbeit der BEFG?“, Art.vom 08.09.10 in: www.baptisten.de/Gemeindeentwicklung/Nachrichten/

² Ein Buchtitel dazu: Swientek, Christine: Letzter Ausweg Selbstmord. Was alte Menschen in den Tod treibt.

Fachliteratur basiert, bitte ich um Verständnis für eine gewisse Komprimiertheit. Ich denke aber, dass sich auch ohne Kenntnis jeder einzelnen Vokabel der Inhalt erschließt.

Im Teil 4 folgt die praktische Anwendung und Auswirkung in den Handlungsfeldern der Gemeinde. Gemeinde Jesu ist nie zum Selbstzweck geschaffen, sondern hat immer den gesellschaftsrelevanten Auftrag³, den Auftrag zum Dienst, sei es in Wort oder Tat, den Missionsauftrag. Das gilt für jede Gemeinde, auch eine mit hohem Durchschnittsalter. Was ist davon in welchem Alter noch möglich?

2. Biblischer Impuls

Sucht man in der Bibel nach dem Begriff „alt“, wird man nur unter Eltern-Kind, Vater und Mutter oder Weisheit fündig. Gott kennt keinen anonymen Alterbegriff, sondern die konkrete Beziehung in einer Familie oder Gemeinschaft. In diesem Sinnzusammenhang sind auch die christlichen Antworten auf Probleme des Alters zu suchen und zu finden. In aller Kürze werden einige wesentliche Aspekte genannt. Danach folgen Bemerkungen zu 1 Joh 2, 12-14. Dieser Text im ersten Johannesbrief beschreibt sehr schön, wie Alter in sich viele Vorzüge vereinen kann, oder - die andere Auslegung – wie verschiedene Altersgruppen in Wertschätzung miteinander in einer Gemeinde leben und einander brauchen. .

2.1. Eltern und Kinder

Das dritte Gebot: Ehre deinen Vater und deine Mutter, damit du lange lebst in dem Land, das der Herr, dein Gott, dir gibt. (2. Mo 20,12).

Auffallend ist, dass es hier um eine sehr direkte Beziehung geht, nämlich um die Eltern. Das Alter ist nicht anonymisiert. Es sind die Eltern, denen die Kinder ihr Leben und ihre materielle Existenz (das Land, in dem du lebst) verdanken. Und es ist Gott, der hinter dieser Ordnung und hinter den Eltern steht, gewissermaßen ein Garant für Versorgung und Vermittlung von Lebenserfahrung – ein wesentlicher Aspekt von Weisheit. Spr 24,3 beschreibt den Segen daraus: „Durch Weisheit wird ein Haus gebaut, durch Umsicht gewinnt es Bestand.“

³ Mt 22, 37-39: 37 „Er antwortete ihm: Du sollst den Herrn, deinen Gott, lieben mit ganzem Herzen, mit ganzer Seele und mit all deinen Gedanken. Das ist das wichtigste und erste Gebot. Ebenso wichtig ist das zweite: Du sollst deinen Nächsten lieben wie dich selbst.“

Im Gegenzug wird die folgende Generation nachhaltig ermutigt, die ältere Generation zu ehren. Ehren bedeutet, ihre erworbene Lebensweisheit und ihre Erfahrungen zu beachten, ihre Persönlichkeit zu achten und auch dem Greis nicht seine Würde zu nehmen und ihn zu betreuen, wie der Greis einst das Baby betreut hat.

Ergänzend dazu gibt es deutliche Worte, wo die Grenzen des Nicht-Achtens eindeutig erreicht werden: **Misshandlung der Eltern**, beispielsweise in Ex 21,15: Wer seinen Vater oder seine Mutter schlägt, wird mit dem Tod bestraft. Genauso streng wird die **Entehrung und Verfluchung der Eltern** von Gott gesehen: Ex 21,17: Wer seinen Vater oder seine Mutter verflucht, wird mit dem Tod bestraft. Auch die Verfluchung der Eltern (Lev 20,9: Jeder, der seinen Vater oder seine Mutter verflucht, wird mit dem Tod bestraft. Da er seinen Vater oder seine Mutter verflucht hat, soll sein Blut auf ihn kommen.) steht unter Todesstrafe. Sprüche Spr 30,17 setzt das ins Bild: Ein Auge, das den Vater verspottet und die alte Mutter verachtet, das hacken die Raben am Bach aus, die jungen Adler fressen es auf.

In Maleachi 3,23-24 geht es um die Versöhnung zwischen den Generationen: Er (der Prophet Elia) wird das Herz der Väter wieder den Söhnen zuwenden und das Herz der Söhne ihren Vätern, damit ich nicht kommen und das Land dem Untergang weihen muss. Daneben gibt es dann noch die Mahnung an die Jungen, von der Weisheit der Alten zu lernen (Sprüche 4,1-27: Ihr Söhne, hört auf die Mahnung des Vaters, merkt auf, damit ihr Einsicht lernt.) Allerdings weiß Hiob, dass Alter nicht unbedingt auch Weisheit bedeutet (Ijob 12,12: Findet sich bei Greisen wirklich Weisheit und ist langes Leben schon Einsicht?)

Selbstverständlich wird also von den Jüngeren erwartet, dass sie die Älteren ehren und achten und sich um sie kümmern.

Auffällig ist, wie wenig dieses Thema thematisiert wird, das doch in unserer Gesellschaft eine erhebliche Rolle spielt. Stattdessen findet sich in den biblischen Schriften ständig die Mahnung zur Bruderliebe und durchgehend durch das Erste und das Zweite Testament die selbstverständliche Verknüpfung von Gottes- und Bruderliebe. Da drängt sich mir die Überlegung auf, ob unsere deutsche Gesellschaft so entmenschlicht ist, dass wir nicht mehr wissen, was Menschlichkeit im Umgang mit alten Menschen bedeutet? Aber das wäre Thema einer anderen (sozialwissenschaftlichen oder ethischen) Arbeit. Bruderliebe und Gottesliebe - das eine ohne das andere ist eine Lüge, so lautet die Grundaussage.

sage der Johannesbriefe. Und in den Johannesbriefen findet sich auch ein Text, der sich wie eine Kurzfassung der entwicklungspsychologischen Erkenntnisse von Erickson und Fowler (mehr in Teil 3) liest und erste Impulse gibt, wie verschiedene Altersstufen ergänzend zusammen leben und arbeiten können.

2.1. Das Miteinander von verschiedenen Altersstufen

Der Text

„12 Ich schreibe euch, ihr Kinder, dass euch durch seinen Namen die Sünden vergeben sind. 13 Ich schreibe euch, ihr Väter, dass ihr den erkannt habt, der von Anfang an ist. Ich schreibe euch, ihr jungen Männer, dass ihr den Bösen besiegt habt. 14 Ich schreibe euch, ihr Kinder, dass ihr den Vater erkannt habt. Ich schreibe euch, ihr Väter, dass ihr den erkannt habt, der von Anfang an ist. Ich schreibe euch, ihr jungen Männer, dass ihr stark seid, dass das Wort Gottes in euch bleibt und dass ihr den Bösen besiegt habt.“⁴

Exegetische Bemerkungen zu 1. Joh 2, 12-14

Die Johannesbriefe richten sich an den Kreis der Johanneischen Schule. Der Verfasser stellt sich im 2. und 3. Brief als Presbyter, als Ältester, vor. Er war also eine maßgebliche Gestalt aus den Anfängen der Johanneischen Schule. Jetzt ist die Johanneische Schule in Auseinandersetzungen; es droht eine Spaltung und Irrlehre (Dissidenten). Gegenstand der Auseinandersetzungen ist die Bedeutung Jesu, des himmlischen Jesus, der Mensch geworden ist. Dokerische Meinungen sind aufgekommen. Der Verfasser versucht, die Einheit der Johanneischen Schule wiederherzustellen und zumindest die Irrlehre klar als solche darzustellen und aus der Johanneischen Schule herauszufiltern. Der erste Johannesbrief ist nicht als Brief geschrieben; er wechselt in der Form zwischen einem Lehrschreiben und einer Paränese und legt die inhaltliche Grundlage für den zweiten und dritten Brief.⁵

Er gliedert sich in drei Hauptblöcke. Unser Abschnitt steht im ersten Block, 1,5-2,17, und hat zum Thema, dass die Gemeinschaft mit Gott sich in der Bruderliebe verwirklichen muss. Die Einheit des Glaubenden mit dem Vater und dem Sohn wird in der Bruderliebe sichtbar. Sünde ist danach, den Bruder nicht

⁴ Die Bibel, Einheitsübersetzung 1999

⁵ Niebuhr, Grundinformation Neues Testament, 315.

zu lieben, ihn zu hassen. Gottesliebe ohne Bruderliebe ist eine Lüge. Bruderliebe ist ein notwendiges Kennzeichen der Kirche.⁶

Der Text gliedert sich beim ersten Eindruck in zwei Dreiergruppen, die sich im Aufbau sehr ähnlich sind, die sich aber doch unterscheiden. Es werden jeweils Kinder, Väter und junge Männer angesprochen; in der ersten Gruppe im Präsens, in der zweiten in der Vergangenheit bzw. Aorist. Die Aussagen an die Kinder sind zwei verschiedene (Sünden vergeben; Erkenntnis des Vaters). Die Aussagen an die Väter sind genau gleich; und die Aussage an die jungen Männer ist im zweiten Block erweitert.⁷

Zwei Möglichkeiten der Auslegung werden besprochen: Die erste des ganz wörtlichen Verständnisses, dass an drei verschiedene Altersgruppen geschrieben wird, nämlich die Kinder, die jungen Erwachsenen und die Älteren.⁸ Die zweite Möglichkeit ist, dass nur an eine Gruppe geschrieben wird, die über alle diese Eigenschaften verfügt und die alle in ihnen angesprochen werden sollen. In der Mehrheit kommen die Exegeten zu dem Ergebnis, dass hier an ein und dieselbe Gruppe geschrieben wird und mit diesen Anreden die Erkenntnisse auf ihrem inneren Glaubens- und Erkenntnisweg in Erinnerung gerufen werden. Das erste Stadium, das Kind-Stadium des gläubig Gewordenen ist die Taufe und Sündenvergebung – die Gotteskindschaft und Heilsgewissheit als felsenfeste Grundlage des Lebens als Christ. Dann übt man sich ein in dem neuen Leben, erprobt sein Handwerkszeug, und das ist die Anwendung des Wortes Gottes. Man lernt, den Bösen zu überwinden. Das entspricht in einer Biographie der Jugend. Dann erfolgt ein Wachstum in Nachfolge und Erkenntnis. Manches sieht man gelassener, gewinnt Überblick und Weisheit und vor allem ein tiefes Zutrauen, dass Gott ein liebender Vater im Himmel ist, weise und mächtig für jedes seiner Kinder. Und zugleich gehen die Schätze der früheren Glaubensstadien nicht verloren, sie bleiben wahr und werden weiter angewandt.⁹ Klaus Wengst stellt zusätzlich die sachliche Verschränktheit der Verse heraus. In Einheit und Zusammengehörigkeit beschreiben diese Aussagen das Christsein. Das eine geht nicht ohne das andere. Christsein wird in seinen verschiedenen

⁶ Niebuhr, Grundinformation Neues Testament, 316.

⁷ Klauck, Der erste Johannesbrief, 131-132.

⁸ Krimmer, Johannesbriefe, 53-54: Er vertritt eine Mischposition. Mit den „Kindern“ in Vers 12 sei die Gesamtgemeinde gemeint, in 13 der Glaubensstand von jungen Männern und Vätern, aber nicht die konkrete Menschengruppe. In Vers 14 geht Krimmer davon aus, dass jetzt eindeutig die genannten Altersgruppen angesprochen werden.

⁹ Klauck, Der erste Johannesbrief, 134-135.

Aspekten entfaltet. Mit Bultmann schließt er sich der bezüglich des Wechsels von Präsens und Aorist der Meinung an, dass es sich hier wohl nur um einen Stilwechsel handelt, der das Umfassende des Christseins unterstreicht, aber sich nicht auf ein konkretes früheres Ereignis bezieht wie beispielsweise einen früheren Brief.¹⁰

Hier findet sich eine biblische Darstellung des von Fowler beschriebenen verbindenden Glaubens. Mehr dazu in Teil 3. Und in aller Schlichtheit wird beschrieben, wie die positiven Eigenschaften der jeweiligen Altersgruppe aussehen und alle drei nötig sind, damit dieses Gemeinschaftsprojekt der Heiligen – kurz eine Gemeinde - gelingen kann. Wenn sich jede Altersgruppe der Stärke der anderen Gruppe bewusst ist, ist es viel leichter, diese Eigenschaft zu sehen und sie sich zu Nutze zu machen, und die dazugehörigen Schwächen lassen sich leichter tragen und aushalten. Für den Focus dieser Arbeit ist besonders der Aspekt relevant, dass in einem alten Menschen alle Glaubensstadien und innere Fähigkeiten vorhanden sind oder zumindest sein können: Das (Gottes)Kind, das sich geliebt weiß, der kämpferische junge Mensch mit Initiative und Durchsetzungswille und der erwachsene Mensch mit Wissen, Lebenserfahrung und Weisheit.

3. Entwicklungspsychologie und Gottesbild im Alter

3.1. Entwicklungspsychologie des Alters¹¹

Für eine altersgerechte Gemeindefarbeit ist es nötig, die Gesamtbefindlichkeit der in dieser Altersphase lebenden Menschen zu kennen. Irmgard Neese, zur Zeit Seniorenbeauftragte des BEFG, stellt den modernen Seniorenbegriff als GoGo, SlowGo und NoGo vor – eine Einteilung aus dem Amerikanischen, die recht treffend ist, weil sie nicht zuerst das Alter, sondern die Befindlichkeit des alten Menschen beschreibt, und zwar die körperliche Befindlichkeit und die „Kopf“ - Befindlichkeit mit den intellektuelle Fähigkeiten, der seelischen und der psychischen Befindlichkeit¹².

¹⁰ Wengst, Der erste, zweite und dritte Brief des Johannes, 86-93.

¹¹ basierend auf dem Buch von Wilkening, Freund, Martin: Entwicklungspsychologie.

¹² Vorlesung in Pastoraltheologie im SS 2008 am Theologischen Seminar Elstal.

Die moderne Entwicklungspsychologie¹³ stellt das ausführlicher dar: Der Altersbegriff ist heute differenziert und umfasst eine Altersspanne von ca 35 Jahren – ähnlich lang wie das Arbeitsleben. Eine Lebensspanne – hier: das Alter – variiert je nach historischer Situation und Kultur. Das Kriterienbündel zur Bestimmung von Altersphasen¹⁴ besteht aus dem chronologischen Alter, biologischen Faktoren und Bewältigung von Entwicklungsaufgaben oder Transitionen (Umstellung der Lebenssituation). Man teilt ein in Junge Alte 60-85 Jahre; alte Alte darüber. Wesentlich ist der Eintritt in die Rente. Die neuere Entwicklungspsychologie betont, dass im Alter Entwicklung stattfindet und erhebliche Entwicklungspotentiale bietet. Das ist eine deutlich andere Situation und Wahrnehmung als der bisherige Altersbegriff, wo nur noch ein Rest der Lebensspanne nach dem Arbeitsleben übrig blieb und die Restlebenszeit meist von Krankheit oder Pflegebedürftigkeit gekennzeichnet war.

Jede Altersgruppe hat bestimmte Bereiche, in denen sie intensiv arbeitet und andere, die überhaupt nicht relevant sind, aber in anderen Alterstufen vorkommen (Entwicklungspsychologie der Lebensspanne). Die Bereiche sind Kognition, Soziale Beziehungen, Emotion, Motivation, Persönlichkeit und Kontexte. Während in den anderen Lebensspannen Kindesalter, Jugendalter und Mittleres Erwachsenenalter nur in einem Teil der Bereiche intensiv gearbeitet wird, muss das Alter Höchstleistungen vollbringen und in jedem Bereich erheblich arbeiten.

Das Alter ist nicht einheitlich. **Multidimensionalität:** Entwicklungsverläufe verschiedener Bereiche können sich enorm unterscheiden. Der kognitive und soziale Bereich erfährt beispielsweise einen sich steigernden Verlauf, lediglich der Körper unterliegt dem biologischen Regress. Das Alter ist kein genereller Abbauprozess quer durch die Lebensbereiche. **Multidirektionalität:** Die verschiedenen Lebensbereiche entwickeln sich in verschiedene Richtungen: Zu- oder Abnahme oder Stabilität. Jede Veränderung benötigt Aufmerksamkeit und Energie, nicht nur negative Dinge wie der Tod des Partners oder Freund/in, auch positive Veränderungen. Diese Dinge sind nicht nur Chance, sie stellen auch hohe **Anforderungen an den alten Menschen**. Nennen wir nur auf der Seite der Ressourcen die nachberufliche Lebensgestaltung wie Nebenbeschäftigung, Ehrenamt, Freiraum für Reisen und Ausgestaltung des Hobbies und

¹³ Die Ausführungen über die Entwicklungspsychologie basieren auf dem Lehrbuch von Wilkening, Freund, Martin: Entwicklungspsychologie.

¹⁴ Entwicklungspsychologie, 2.

Großelternschaft und auf der defizitären Seite Umgang mit körperlichem Abbau, Krankheit, Tod und eigenem Sterben. Diese Anforderungen können je nach Persönlichkeit erhebliche Motivation und gestaltende Kräfte freisetzen. Und das Wissen um die heutzutage lange Altersphase beeinflusst auch die Gestaltung des Lebensstils im mittleren Erwachsenenalter und jungen Alter, beispielsweise im körperlichen Bereich der Fitness und Ernährung. Man weiß, dass der Körper noch lange Gefäß für dies Leben sein wird und geht entsprechend mit ihm um. Im jungen Alter kann das Leben gestaltet werden wie selten in einer anderen Lebensphase. Der alte Mensch, der auf direktem Weg zum zu Betreuenden oder zum Pflegefall ist, wird sich zwischen dem 80. und 90. Lebensjahr befinden. Alte sind nicht mehr zwingend „alt“.

3.1.1. Grundlagen der Entwicklung im Alter.¹⁵

Jeder Mensch entwickelt sich, verändert sich – bis zuletzt, und individuell. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Zielsetzung des einzelnen Menschen und die entsprechende Reaktion auf die Ausgestaltung seiner Lebensbereiche, soweit er Einfluss darauf hat.

3.1.1.1. Alters-Definitionen

Es kursieren viele Altersbegriffe, in denen normalerweise relativ undifferenziert gedacht wird. Deshalb folgen hier einige Definitionen¹⁶. Und um schon eine kleine Brücke zur Bedeutung für die Chancen und Grenzen einer Aufbauarbeit mit Senioren zu schlagen, jeweils mit einem konkreten Bezug.

Kalendarisches Altern

Das spätere Erwachsenenalter lässt sich in die Bereiche des mittleren Alters (ca 35-65 Jahre) und des Alters (über 65 Jahre) aufteilen. Die steigende Zahl von Personen im späten Erwachsenenalter, die spezifischen Veränderungen verschiedener Untergruppen sowie die phasenspezifischen Besonderheiten von Kompetenzverläufen und Umwelтанforderungen führen zu Differenzierungen in das frühe mittlere Alter (50-65 Jahre), das Alter (65-80 Jahre), das hohe Alter (über 80 Jahre) und das extrem hohe Alter (über 100 Jahre).

Gemeindebezug: Gemeindeaufbau. Bei Senioren ist es nicht hilfreich, an alle als „die Seniorengruppe“ zu denken. Der individuelle Alterungsverlauf ist zu unterschiedlich. Noch mehr als sowieso im Umgang mit Ehrenamtlichen ist auf

¹⁵ Entwicklungspsychologie 133

¹⁶ Entwicklungspsychologie 134

die persönliche Befindlichkeit zu achten und entsprechend zu reagieren. Ich kenne einen Pastor im Ruhestand, der mit 70 Jahren mit großer Akzeptanz den Gemeindeunterricht für 12-13jährige durchführt. Ich kenne eine 73jährige Single-Dame, die jetzt für den Kirchkaffee Kuchen backen lernt – mit großem Erfolg. Dieselbe Dame hat seit fünf Jahren wieder Klavierunterricht, weil sie als Organistin benötigt wird. Ich kenne einen 73jährigen, der Polnisch lernt, um endlich dort mit seinem Freund nicht nur Deutsch reden zu können. Ich kenne einen 70jährigen, der im Leitungskreis der Alpha-Arbeit einer Gemeinde ist und außerdem die sehr moderne Gemeindebriefredaktion verantwortet. Ich kenne aber auch die völlig gesunde 60jährige, die nur im Sommer Auto fährt, und die 40jährige, die sich seit ihrer Scheidung nur noch selbst bemitleidet.

Normales und pathologisches Altern

Beim Begriff des normalen Alterns orientiert man sich an durchschnittlichen oder typischen Entwicklungsverläufen. Es wird – im Gegensatz zum pathologischen Altern – auch häufig als Altern ohne chronische Erkrankungen wie Demenz, Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen verstanden.

Gemeindebezug: Würde. Wenn ein alter Mensch mir auf meine Frage hin sagt, dass es ihm gut gehe, sollte ich mich als Leiterin oder Seelsorgerin oder nur als Jüngere hüten, das zu negieren und ihm in einer noch so wohlmeinenden Weise („du gehst aber tapfer mit deinen Schmerzen um!“) auf Krankheit oder Schwäche hinzuweisen. Das ist ihm bewusst. Alter ist keine Krankheit!

Erfolgreiches Altern

Als erfolgreiches Altern wird bezeichnet, wenn alternde Personen selbst einen Zustand der Zufriedenheit empfinden, weil es ihnen gelingt, sich an die veränderte Lebenssituation im Alter anzupassen.

Gemeindebezug: Seelsorge. Ist das nicht eine treffende und gute Definition für einen Seelsorger als Zielsetzung für die persönliche Begleitung eines alternden Menschen, unter Integration der Gottesbeziehung? Bei Ziemer suchte ich nach Definition für Seelsorge¹⁷. Ich fand keine, aber eine fünfseitige Ausführung über „Erste Verständigungen“, was unter Seelsorge zu verstehen sein könnte.

3.1.1.2. Wahrnehmung und Bewertung des Alters

¹⁷ Ziemer, Seesorgelehre, 13-18. Ein hilfreiches und bewährtes Standardwerk im Theologiestudium für die Einführung in die Seelsorge, sehr praxistauglich. Der Abschnitt über das Alter: 247-251.

ist subjektiv und zweierlei. Neben dem heute angezeigten und nötigen Bewusstwerden für die Ressourcen des Alters sind die bekannten altersgebundenen Risiken (Unfallgefahr, Krankheit) und Verluste (Verwitwung, Verlust der Selbständigkeit, Nachlassen der Körperfunktionen und Kraft) realistisch wahrzunehmen und bei der Zukunftsplanung zu berücksichtigen.

Die Entwicklungsaufgabe, vor der der alternde Mensch steht, ist erheblich. Er muss noch einmal - und in Teilbereichen immer wieder - sein Leben neu konzipieren. Dazu muss er die Phase des Alters akzeptieren und begreifen. Ist er dazu in der Lage, steht er vor einer komplexen Erfassung seines Lebens. Welche Ressourcen hat er oder kann er entwickeln (sensorische, kognitive, verhaltens- und erlebnisbezogene Kompetenzen)? Welche Ziele setzt er sich bzw. werden ihm durch Alter und Vitalität gesetzt (das Bewältigen altersspezifischer und alterstypischer Anforderungen zur Erreichung und Erhaltung von Wohlbefinden, Autonomie und sozialer Integration)? In welchen Kontexten wird er leben (soziale, räumliche, kulturelle, finanziell-strukturelle und historische Rahmenbedingungen)? Welche Prozesse sind wünschenswert und welche davon möglich, um die Ziele zu erreichen? Und wie gelangt er zur Akzeptanz von nicht realisierbaren Zielen? Diese Schlüsselkonzepte werden in verschiedenen Theorien über die Entwicklung im Alter in Beziehung gesetzt, so genannte *kompetenzorientierte Entwicklungstheorien*. In folgenden Bereichen besteht eine gewisse Übereinkunft und empirische und wissenschaftliche Erkenntnis:

Speed-Hypothese des beginnenden Alterns: Die nachlassenden kognitiven Fähigkeiten können durch Übung und damit verbundene Erweiterung des „Arbeitsspeichers“ ausgeglichen werden. Dazu etwas im Widerspruch ist die *Common-Cause-Hypothese*: Der alte Mensch erweitert oder erhält seinen Kompetenzbereich durch Ausgleich (Dedifferenzierung) statt Differenzierung und Ausbildung der einzelnen Fähigkeitsbereiche, besonders der kognitiven und sensorischen Fähigkeiten. *Regulative Entwicklungstheorien* gehen davon aus, dass der Mensch ständig die optimale Passung zwischen sich und seiner Umwelt anstrebt und die dazu nötigen Veränderungen vornimmt, entsprechend seinen Fähigkeiten. Das **Selektive-Optimierung-mit-Kompensation-Modell im Alter** konkretisiert das. Der alternde Mensch hat eine Lebensspannenkonzeption mit der Annahme von Gewinnen, Stabilität und Verlusten. Alter und Erfolg sind also kein Widerspruch, sondern der alternde Mensch hat die Möglichkeit, sein Leben durch Selektion, Optimierung und Kompensation weitgehend stabil aktiv zu

gestalten. Das impliziert auch, dass zunehmendes Alter keineswegs zwangsläufig abnehmende soziale Kontakte bedeutet; sondern lediglich dann, wenn der alternde Mensch das so steuert (selektiert), weil er eine entsprechende Konstellation als hilfreich (optimal) zur Erreichung seines Lebenszieles sieht (beispielsweise Wohlbefinden ohne die Anstrengung der Begegnung mit Mitmenschen). Die *emotionale Kontrolltheorie* nimmt an, dass die gezielte Kontrolle des Alternden die steuernde Komponente ist. Die *primäre Kontrolle* über die Gestaltung der direkten Umwelt, wie beispielsweise der Wohnung, und die *sekundäre Kontrolle*, die die innere (internale) Selbstveränderung, also Neu- oder Umbewertung von Lebensumständen und Denkmustern ermöglicht. Erfolge bei den Kontrollbemühungen führen zu positiver Verstärkung, Misserfolge zum Nachlassen. Die Entwicklung im Alter wird also erheblich durch die regulativen Aktivitäten der Personen beeinflusst. Lassen die Fähigkeiten nach, kann durch geeignete Kontexte die Lebensqualität des alternden Menschen gestützt werden. Die zentrale Herausforderung liegt darin, alternde Personen besser in die Lage zu versetzen, Verhalten, Fähigkeiten und Erleben zu stabilisieren.

Gemeindebezug: Ist die Gemeinde dazu in der Lage? Oder braucht sie erst einmal ein neues Seniorenkonzept und initiative leitungsbegabte Leute, die das auf den Weg bringen? Ist der Eingang geeignet für einen Rollator, für einen Rollstuhl? Erzwungene Unselbständigkeit wie die Treppe hinaufgetragen werden, und noch dazu von Fremden, demütigt. Ist die Toilettentür groß genug für einen Rollator? Blasenschwäche ist im Alter etwas Normales. Sind die Gemeindeveranstaltungen für den alten Menschen relevant, interessant? Stimmt die Themenwahl, stimmt das Ambiente? Ein Senior, der an einen fremden Veranstaltungsort kommt, ist sicher nicht altmodisch oder engstirnig, sondern vermutlich eher geistig wach und neugierig. Ein Kaffeenachmittag für die Altsenioren der Gemeinde ist etwas ganz anderes als eine für Gäste gedachte missionarische Veranstaltung. Die „Go-Go's“ der städtischen Seniorenarbeit in Nürtingen (Baden-Württemberg), die größtenteils über Eigeninitiative funktioniert, gehen Kegeln und Bowlen, spielen Karten, machen Ausflüge, besuchen den Bürgermeister in der Sprechstunde und stellen ihn zur Rede, organisieren Sozialprojekte oder sammeln Geld, machen Hausaufgabenbetreuung oder die Markungsputzete, betreiben ein Cafe im Rathaus, wo sie inzwischen auch Behinderte in die Mitarbeit integriert haben und vieles mehr. Wenn das Angebot nicht stimmt, wird die Kirchengemeinde auch keine Senioren damit ansprechen,

schon gar keine Nichtchristen. Selbst die Gemeindemitglieder sind im Alter so souverän, dass sie nicht mehr nur aus frommer Pflicht oder Loyalität kommen, sondern dafür sorgen, dass ihre Lebensqualität optimal ist – denn sie wissen sehr genau, dass sie nicht mehr ewig leben.

3.1.1.3. Aufrechterhaltung von Selbstdefinition und Identität¹⁸

Erik Erikson¹⁹ sieht das Alter (über 60) als die höchste Stufe der Identitätsentwicklung an. Er bezeichnet die Hauptmerkmale dieser Lebensphase mit Integrität versus Verzweiflung. Diese Aufgabe zu bewältigen, ist die größte der zu bewältigen Lebenskrisen. Wenn die Herausforderung dieser Lebensphase positiv bewältigt wird, geschieht hier Integration aller Lebensbereiche und Lebenserfahrungen – Erfolge und Misserfolge, Verlust und Gewinn, erlittenes und begangenes Unrecht, erfahrene und abgewiesene Liebe, Erfahrungen von Gemeinschaft und Einsamkeit oder Verlassensein, Geborgenheit oder (innere) Heimatlosigkeit. Es begegnet uns ein mit Gott und der Welt versöhnter Mensch, oft mit einer großen Portion Lebensweisheit und Klugheit. Die empirische gegenwärtige Forschung zum höheren Alter stellt fest, dass die Selbstdefinition stabiler ist als die Identität. Denn die Selbstdefinition kann aus Eigenschaften bestehen, die unabhängig von der äußeren Situation geltend bleiben (neugierig, lernfähig, klug, freundlich, kritisch, müde, mürrisch...). Die Identität hingegen wird häufig an äußeren Merkmalen festgemacht wie Mann oder Frau von xy, engagiert in irgendeinem Ehrenamt, reich oder arm, Wohngegend, soziales Niveau u.ä.). Der alte Mensch sieht sich im großen Zusammenhang seiner Familie, seiner Gesellschaft und letztlich als Mensch dieser Welt im Lauf der Geschichte. Im Gegensatz zum Kleinkind, das sich für den Nabel der Welt hält und nur das (eigene) Leben denken kann, sieht der alte Mensch jedes Menschen und damit auch die eigene Begrenztheit und Sterblichkeit und kann dem Tod gelassener entgegengehen. Gelingt dem alten Menschen diese innere Integration seiner Lebensgeschichte nicht, gerät er in Verzweiflung über die nicht mehr zu ändernden, aber nicht akzeptierten Gegebenheiten in seiner Biografie. Statt mit Weisheit und Lebensgenuss lebt er in Unzufriedenheit und Bitterkeit. Je nach körperlicher und psychischer Konstitution hat der alte Mensch einen erheblichen Gestaltungsspielraum, da ihm alle seine lebenslänglich erworbenen

¹⁸ Entwicklungspsychologie 93

¹⁹ nach Fowler, 71

Kompetenzen zur Verfügung stehen und er zudem den zeitlichen Freiraum der Rente zur Verfügung hat, wo er manche Interessen ausleben kann, die sich während der Berufstätigkeit nicht realisieren ließen. Einschränkend sind dagegen die nachlassende körperliche Kraft und Leistungsfähigkeit, was aber häufig erst für die alten Alten ab ca. 70-80 Jahren gilt.

3.1.1.4. Ressourcenentwicklung im Alter²⁰

Aus den oben gemachten Ausführungen geht hervor, dass auch der alte Mensch über Entwicklungs- und Handlungspotential verfügt. Im **kognitiven Bereich** ist das stark von seinen Interessen gesteuert, weil er durch die nachlassende Lernkapazität eine hohe Motivation braucht, um neue Dinge noch zu erlernen. Zu **sozialen Beziehungen** ist er in der Lage, selektiert aber und erlaubt sich den Luxus, wählerisch zu sein. Das Wohlbefinden ist sehr wichtig geworden. Seine **Persönlichkeit** kann er, soweit die materiellen und gesundheitlichen Umstände es zulassen, sehr viel mehr ausleben als ein Berufstätiger. Hier liegen viele Ressourcen. Seine körperliche Leistungskraft kann er durch **Regulation** (beispielsweise Umzug in eine pflegeleichte und barrierefreie Wohnung) für die ihn interessierenden Dinge freihalten. **Religiosität** kann sich als eine sehr große Ressource entpuppen – sowohl in psychischer Hinsicht wie in sozialer. Dazu anschließend mehr. Er wird seinen persönlichen **Bewältigungsstil** entwickeln – und nicht mehr danach fragen, wem das gefällt. Ganz wichtiges Ziel seiner Lebensgestaltung ist Erhalt oder Verbesserung seiner **Lebensqualität in Emotion und Wohlbefinden**.

3.2. Entwicklungspsychologie und Glaubensstufen

(Erik Erickson, James W. Fowler)

Erik Erikson ist einer der führenden Psychoanalytiker der Nachkriegszeit. Er hat den Begriff des *Grundvertrauens* geprägt. Auch der *Identitätsbegriff* geht in der Hauptsache auf ihn zurück. Friedrich Schweitzer²¹ beschreibt Eriksons Psychologie als *psychosoziale Ich-Psychologie*²² gegenüber Freuds *Psychologie des Unbewußten*. Eriksons Hauptthema ist der Lebenszyklus, aber nicht im

²⁰ Entwicklungspsychologie 143ff

²¹ Schweitzer, Lebensgeschichte und Religion, 71-74.

²² Schweitzer, Lebensgeschichte und Religion, 72.

Sinne eines sich schließenden Kreises, sondern einer Entwicklung²³. Er sagt, dass jeder Entwicklungsprozess zu einer bestimmten Phase im Lebenszyklus gehört oder zumindest dort vorkommen sollte, wenn die Entwicklung nicht gestört ist. Es gibt einen Grundplan. Wachstum hängt von „der richtigen Entwicklung zum richtigen Zeitpunkt“ (Erikson) ab. Der Übergang von einer Phase zur nächsten, von denen Erickson acht Stück (acht Lebensalter, siehe untenstehende Tabelle) beschreibt, bezeichnet er als Krise, als Wendepunkt. Denn die Entwicklung des Menschen ist kein Automatismus, sondern wird bewusst gesteuert und zugelassen, unterstützt oder verweigert. Jede der Entwicklungsphasen spielt sich im Spannungsfeld zweier Pole ab. Um die nächste Reifungsphase zu durchleben, ist es notwendig, die vorige positiv bewältigt zu haben. Im Volksmund wird das gerne „die ungemachten Hausaufgaben in der Persönlichkeitsentwicklung“ genannt. Man stolpert immer wieder über bestimmte wunde Punkte, die sich als Grenze in der Lebensgestaltung bemerkbar machen, bis man sie bewältigt hat. Solches Lernen lässt sich nachholen, es ist nicht zwingend an das Lebensalter gebunden, in dem es bei einer gesunden Entwicklung vorkommen würde. Also eine ganz wichtige Feststellung: Defizite in der Persönlichkeitsentwicklung durch Herkunft, Erziehung oder Umfeld programmieren kein unabwendbares Schicksal, sondern können durch bewusste Entwicklungsarbeit nachgeholt werden. In der Nachfolge als Christ entspricht das der Heiligung. Fowler, inzwischen ein Klassiker unter den Religionsphilosophen, hat den Ansatz von Erikson auf das Gottesbild und Glaubensvorstellungen erweitert. Für nähere Ausführungen zu den verschiedenen Lebensaltern und genauso für weitere Erläuterungen zu Fowler möge der geneigte Leser bei Schweitzer bzw. Fowler nachlesen.

Lebensalter	Thema der Lebensphase nach Erikson (Fowler S. 127)		Glaubensstufe – Gottesbild (Fowler s. 132)
0-2	Vertrauen	Misstrauen	Undifferenzierter Glaube (Kleinkindalter)
2-3	Autonomie	Scham, Zweifel	Intuitiv-projekierter Glaube (frühe Kindheit)
3-6	Initiative	Schuld	

²³ Schweitzer, Lebensgeschichte und Religion, 73.

6-12	Werksinn	Minderwertigkeit	Mythisch-wörtlicher Glaube (Grundschulzeit)
13-20	Identität	Rollenkonfusion	Synthetisch-konventioneller Glaube (Heranwachsende, Adoleszenz)
21+	Intimität	Isolation	Individuierend-reflektierender Glaube
35+	Generativität	Stagnation	verbindender Glaube (Midlife und später)
60+	Integrität	Verzweiflung	Universalisierender Glaube

Entsprechend zu den psychosozialen Entwicklungsstufen, die Erikson entwickelt hat, stellt Fowler eine Entwicklung der Glaubensstufen daneben.²⁴ Die Glaubensentwicklung entsprechend der Lebensphasen ist nicht als ein zwingender Automatismus zu verstehen, sondern als Möglichkeit, für oder gegen die sich der Mensch entscheidet. Allerdings vermute ich, dass ein gläubiger Mensch, der sein Leben durchdenkt und daran reift und es nicht nur passiv erleidet, seine Glaubenstheorien genauso durchdenken wird und gegebenenfalls umbaut oder erneuert wie seine Lebensphasen und die dazugehörigen Krisen. Der Ansatz von Fowler ist eine wertvolle Hilfe, verschiedene Frömmigkeitsstile und theologische Richtungen innerhalb einer Gruppe oder Gemeinde nicht als sich bekämpfende Fraktionen zu verstehen, sondern als verschiedene Wahrheiten, die komplementär und manchmal nebeneinander gelebt werden können. Man kann sich diese Glaubensstufen auch gut als Kreismodell vorstellen, wo der innerste Kreis der undifferenzierte Kleinkinderglaube ist und der äußerste der verbindende oder universalisierende Glaube. Keine der Glaubensstufen wird unwahr; jede bleibt wahr. Es kommt nur ein weiterer Aspekt dazu. In so einem reichen und offenen Glaubensleben und Gotteswahrnehmung liegt ein großer Reichtum, über den ein Mensch in Integrität (die Lebensphase des über 60jährigen) verfügt und den er einsetzen kann. Und hier liegt eine große Ressource in der Religiosität, wenn es gelingt, einen Menschen in die Freiheit eines verbindenden Glauben hinzuleiten – oder er sich dort selber hinentwickelt. Im Folgenden ist die Tabelle um Beispiele ergänzt.

²⁴ Fowler, Stufen des Glaubens. Auf Seite 262/263 findet man eine Erläuterung der Glaubensstufen in Tabellenform, auf Seite 308 eine schematisierte Darstellung, wie die nächste Glaubensstufe die bisherige integriert und nicht bekämpft.

Lebensalter	Thema der Lebensphase (Erikson bei Fowler S. 127)		Glaubensstufe – Gottesbild (Fowler S. 132)
0-2	Vertrauen	Misstrauen	Undifferenzierter Glaube (Kleinkindalter)
<p>Bsp: Kind hat Vertrauen, rennt in die Arme, springt in die Arme. → Gott ist dein Vater, Gott hat dich lieb.</p>			
6-12	Werksinn	Minderwertigkeit	Mythisch-wörtlicher Glaube (Grundschulzeit)
<p>Ich kann was! → Aktionen ohne Ende. Ich habe Freunde – ich werde ausgeschlossen. (Einüben von Sozialverhalten) → Gott traut dir was zu! Habe Spaß! Trau dich!</p>			
13-20	Identität	Rollenkonfusion	Synthetisch-konventioneller Glaube (Heranwachsende, Adoleszenz)
<p>synthetisch: zusammendenken von verschiedenen Gebieten und Disziplinen. konventionell: noch in vorhandenen Strukturen, nicht völlig selbständig.</p>			
35+	Generativität	Stagnation	verbindender Glaube (Midlife und später)
60+	Integrität	Verzweiflung	universalisierender Glaube
<p>Interessen / Themen : Finanzen, Gemeinschaft, Wertschätzung, Sinn, Trost, Ewigkeit. <i>Kognitiv:</i> Intelligenz, Gedächtnis, Lernen. <i>Soziale Beziehungen:</i> Netzwerk, Unterstützung, Partnerschaft. <i>Emotion:</i> Zielsetzung, Kontrolle, Lebensbewertung <i>Motivation:</i> Lebensqualität, Empfinden, Regulation. <i>Persönlichkeit:</i> Bewältigungsstile, Traits, Projekte <i>Kontexte:</i> Arbeit, Pensionierung, Verluste. <i>Theologische Themen:</i> Interesse an anderen Religionen statt Angst; Weisheit, Sterben, Philosophie.</p>			

4. Die Bedeutung für eine Gemeindeaufbauarbeit mit Senioren

4.1. Allgemeines

4.1.1. Bedürfnisse

Welche Bedürfnisse hat der alte Mensch? Ich habe in einer Seniorengruppe der EFG Aalen genau das gefragt, und folgende Bedürfnisse wurden genannt: Neben den körperlichen Grundbedürfnissen nach Kleidung, Nahrung und Wohnen Gemeinschaft, Wertschätzung, gebraucht werden, Sinn, Bildung, Trost, Ewigkeit. Das entspricht den Bedürfnissen, die in der Literatur genannt werden, und entspricht auch denen der nicht (christlich) gläubigen Menschen.

4.1.2. Kapazitäten: Was haben Senioren zu geben?

Lebenserfahrung, Großzügigkeit, Toleranz, Überblick, Bildung, Zeit, Zuwendung, Geld. Das sind ihre Ressourcen, das sind ihre Chancen.

4.1.3. Und was ist mit dem Wunsch nach Evangelisation?

Mir scheint, es ist ein erheblicher Unterschied, ob eine Seniorengruppe in einer großen Gemeinde getragen und aufgehoben ist, oder ob die Gemeinde selber aus Senioren besteht. Nach meiner Wahrnehmung kommen zu der typischen Seniorenstunde einer großen Gemeinde eher die Slow- und No-Go's. Die GoGo's engagieren sich nach Interesse und Sympathie allenfalls leitend in der Seniorengruppe, eher in diversen Arbeitsgebieten der Gemeinde oder auch der Bürgergemeinde. Dagegen ist Evangelisation für die kleine Seniorengemeinde überlebenswichtig. Die Motivation ist durch den Existenzwillen gegeben. Für mich interessant war, in einer entsprechenden Schulung einmal abzufragen, warum die Einzelnen die Gemeinde (immer noch) wollen. Die Antworten lauteten: Dies ist mein *Zuhause*. Hier erfahre ich *Geborgenheit*. Weil ich hier meine *Freunde* treffe; weil dies *Gemeinde* ist; weil es *sich so gehört*. Die direkte Motivation beispielsweise über den Missionsbefehl aus Mt 28, 18-20 „gehete hin, und machete alle Nationen zu Jüngern und lehret sie...“ oder gar die Begründung mit dem Absolutheitsanspruch („ohne Jesus gehst du verloren!“) wird nicht formuliert. Hier herrscht eher Vorsicht vor zu vollmündigen Ansprüchen in Bezug auf Wahrheitsanspruch oder auch Auferstehung bzw. Überwindung des alten Menschen im täglichen Leben. Das entspricht der Beschreibung des universalisierenden Glaubens von Fowler (siehe Punkt 3), den er einem Menschen, dem die Integrität (nach Erickson) gelungen ist, zutraut. Aber zugleich lebt jeder der Gemeindemitglieder in einer sehr tiefen Jesus-Beziehung und definiert sich eindeutig als Christ, nicht nur als Gott-Gläubiger und bezieht aus

diese Quelle Geborgenheit, Zuspruch, Kraft und Trost. Und jeder traut diesem Jesus ohne weiteres zu, dass die Antwort auf die Wahrheitsfrage und die Frage nach den Weltreligionen in ihm liegt, ohne dass irgendjemand verdammt wird, nur weil er sich nicht Christ nennt. Dieses Ineinander von sehr konkretem Christusglauben und einer Weite in Bezug auf Heil ist hochinteressant.

4.2. Die Handlungsfelder in der Gemeinde

4.2.1. Vorbemerkungen

Grundsätzlich gelten dieselben Prinzipien wie in jeder Gemeindeaufbauarbeit. Es gibt nur an der einen oder anderen Stelle Einschränkungen oder andere Wege.

In Teil 3. *Entwicklungspsychologie des Alters* haben wir gesehen, dass beim alten Menschen überraschende Entwicklungen möglich sind, die vorher nicht zu erwarten waren. Das gilt aber eher für die Altersspanne ab 60 bzw. die „Go Go's“. Auf diese körperlich und psychisch fitten „Jungsenioren“ ist eine überalterte Gemeinde angewiesen. Sonst hilft alle Motivation nichts mehr, weil einfach keine körperlichen Kräfte zum Durchführen von Veranstaltungen vorhanden sind.

Was scheitert beispielsweise an mangelnden Körperkräften?

- In der Vikariatsgemeinde wird schon der Putzdienst zum echten Problem, weil die Damen teilweise keinen vollen Wischeimer mehr heben können. Möchten sie, geneigter Leser, mit 70 und älter noch das gesamte Gemeindehaus putzen? Auch für die handwerklichen Belange, selbst für die Beauftragung eines Handwerkers, steht niemand gerne zur Verfügung.
- Alle diakonischen Projekte wie Kinderspeisung, Schülermensa, Winterspielplatz und ähnliches sind nicht möglich.
- Das Ausrichten des Kirchkaffees für 30 Personen wird als echte Herausforderung empfunden.
- Einladeaktionen auf dem Marktplatz oder Briefkastenaktionen sind nicht möglich.

Abendveranstaltungen scheitern am höheren Alter. Der ältere Senior, der „Slow Go“, geht weder bei Dunkelheit noch bei Schnee und Glätte aus dem Haus. Sowohl das Sehvermögen wie auch die Trittsicherheit lassen nach. Ein Sturz ist gefährlich und kann durch eine Verletzung das Ende des selbständigen Wohnens bedeuten. In der Vikariatsgemeinde kommen im Winter ca 20

Personen, im Sommer 30-40 Personen zum Gottesdienst. Abendveranstaltungen werden von der Mehrheit abgelehnt.

Die Größe der Gemeinde setzt zusätzlich Grenzen. Die wenigen körperlich fitten Mitglieder (in einer Gemeinde ohne Jungsenioren) sind bei jeder Veranstaltung gefragt, sowohl in der Vorbereitung wie auch bei der Durchführung. Dadurch sind nur wenige Aktivitäten möglich. Dabei spielen die Nerven, also die psychische Belastbarkeit der Senioren eine erhebliche Rolle. In der Vikariatsgemeinde ist mit vier Frühstückstreffen, dem Weltgebetstag der Frauen und einer einwöchigen Evangelisation pro Jahr die Belastbarkeitsgrenze erreicht. Dazu kommt noch ein Samstagvormittag für die Gemeindegewerkstatt (Jahresplanung mit allen Mitarbeitern) und die Jahresgemeindestunde, außerdem die Weihnachtszeit. Alles andere muss die Pastorin leisten, oder es findet nicht statt.

4.2.2. Im Einzelnen:

4.2.2.1. Leitung

Ohne Akzeptanz von Struktur, Leitung und Delegation ist ein Wachstum nicht möglich. Es geht nicht um Macht, aber um ein Ordnungssystem, in dem sich die verschiedenen Rollenträger vertrauen. Wenn der alte Mensch ein solches System nicht gewöhnt ist, hat er große Schwierigkeiten, sich auf ein anderes System einzulassen. Dazu gehört auch, dass Beziehungsarbeit geleistet werden muss und an Änderung geglaubt werden – und das ist mit über 70 Jahren richtig schwierig. Hier ist die Gemeinde auf neue Mitglieder angewiesen, die die nötigen Begabungen oder Kompetenzen mitbringen und nicht in das tief verankerte Beziehungsgeflecht der Altgemeinde verwoben sind.

Visionsentwicklung geht gut, das ist eher eine Typ-Frage.

Ziele zu benennen ist schon schwieriger, weil sich da sehr schnell die Frage nach der Mitarbeiterkapazität stellt. Die Kräftegrenze ist schnell erreicht. Die Ziele werden zwar gut geheißen, sind aber aus Kräftegründen oft nicht mehr zu verwirklichen. Hier müssen Wege gefunden werden, sich Hilfe von außen zu holen. Und das scheitert oft am Geld. Beispielsweise würde die Vikariatsgemeinde liebend gerne eine Kinderarbeit (Senioren lieben ihre Enkel!) starten. Dafür fehlen aber die Kräfte. Ein volles Gehalt, geschweige denn zwei volle Gehälter für ein geeignetes Theologenehepaar kann die Gemeinde nicht aufbringen.

4.2.2.2. Der Gottesdienst ist ein dankbares Feld für Engagement. Die Senioren genießen in der Predigt Nachdenken, Reflektieren des Zeitgeschehens und ein Vergegenwärtigen ihres Heilandes. Trost und Freude auf die himmlische Heimat oder zumindest die Gegenwart und Zuspruch ihres Gottes tut ihnen gut. Vorsicht ist geboten bei Aufrufen zu Handlung. Hier fühlen sie sich schnell überfordert und werden schmerzlich an ihre nachlassenden Kräfte erinnert, wo sie sowieso ständig herausgefordert sind, den Rückgang der körperlichen Fitness zu akzeptieren. Und sie gehören einer Generation an, die zutiefst von Gesetzlichkeit und Forderung geprägt ist. Durch eine Aufforderung zur Tat, der sie bei allem guten Willen nicht entsprechen können, entsteht sofort ein schlechtes Gewissen anstatt des frohen Bewusstseins des geliebten Gotteskindes. Der Prediger tut gut daran, sich über die Themen im Klaren zu sein, die einem älteren Menschen angemessen sind und ihm zur Glaubensstärkung dienen. Sehr gut werden Konkretionen (Sinnbilder wie Kerze anzünden als Ausdruck der Hoffnung oder Stein unters Kreuz legen als Ausdruck von Lasten ablegen u.ä.) und Anschauliches angenommen, alles, was über die Sinne wahrgenommen werden kann. Auch ein ausgedrucktes Wort als Mitgebesel hilft dem nicht immer so zuverlässigen Gedächtnis. Die Geräuschkulisse sollte dezent sein; Schwerhörige haben regelrecht Schmerzen, wenn die Frequenzen zu hoch sind und die Lautstärke zu laut ist oder ein breiter Geräuschteppich herrscht.

Diese Gesichtspunkte sind auch bei **Gästeveranstaltungen** zu berücksichtigen. Wir erleben als Gemeinde, dass unser Frühstückstreffen, das vorwiegend von SeniorInnen besucht wird, sehr geschätzt wird.

4.2.2.3. Seelsorge tut not. Von Zuhören und Nöte der Lebensgeschichte teilen und entlasten, aber auch einmal energisch bei Verbitterung oder Anklage gegenzuhalten, ist hier viel gefragt und nötig. Der alte Mensch lebt, je älter er ist, um so mehr im Rückblick und der Bewertung seines Lebens. Hier kann vom Seelsorger wertvolle Hilfe geleistet werden. Auch der schlichte Besuch ist ein Zeichen von Wertschätzung, ohne dass der Besuchte noch Leistung erbringen könnte.

Evangelistische Chance: Auch für Bekannte der Gemeindemitglieder zur Verfügung stehen. Beim Krankenhausbesuch auch mit dem Patient im Nachbarbett Kontakt aufnehmen.

4.2.2.4. Gemeinschaft ist einerseits sehr wohltuend, andererseits muss man sich auf andere einlassen. Und man muss aus dem Haus gehen. Das tut der junge Senior gerne, der alte Senior nicht mehr. Insgesamt ist es aber eine ganz wichtige Aufgabe der jüngeren Generationen, die Vereinsamung der Senioren nicht zuzulassen, auch wenn sie ein Stück weit selbst gewählt ist. Ein ganz schlichtes Mittel ist die Organisation eines Fahrdienstes, der die Senioren zu ihren Veranstaltungen bringt.

Evangelistische Chance: Frühstückstreffen, Männervesper, Gemeindetage, Gemeindefreizeiten im seniorengerechten Häusern, Gemeindefeiern.

4.2.2.5. Spiritualität

„Der Mittelpunkt des religiösen Lebens ist das Gottesbild. Es ist jener seelische Ort, der am meisten Kräfte in sich vereinigt und deshalb für den Grad unserer Gesundheit und Fruchtbarkeit entscheidend ist. Es ist das Zentrum unserer Existenz schlechthin. Sind wir doch nach dem Bild Gottes geschaffen. ... Für Christen hat Gott in Christus menschliche Gestalt angenommen. In Christus leuchtet ihnen das Antlitz Gottes entgegen. Er ist für sie das authentische Bild Gottes. ... Christus ist deshalb die Erfüllung aller Sehnsuchtsbilder, die Menschen in sich tragen.“²⁵ Der Psychotherapeut Rey schildert in seinem Buch den inneren Weg einer älteren Dame, die ihr Anliegen an den Therapeuten so beschreibt: „Ich bin nicht in einer akuten seelischen Notlage, obwohl mir schon ein paar konkrete Probleme zu schaffen machen. Die Hauptmotivation meiner Anfrage ist das Bedürfnis, auf dem Weg meiner Selbstwerdung weitere Schritte zu tun. Es ist mir zwar klar, dass ich so oder so dereinst mein Leben als Fragment werde zurückgeben müssen, und manchmal erschrecke ich bei der Vermutung, zuwenig aus mir und meinem Dasein gemacht zu haben. ... Dennoch habe ich die ängstliche Hoffnung und manchmal gar die Gewissheit, dass ‚noch etwas wachsen will auf meinen Feldern‘. ... Ich bin 73 Jahre alt, fühle mich aber lebendig und neugierig. Ich hätte Lust, mich auf weitere Lernschritte einzulassen, selbst auf das Risiko schmerzlicher Erfahrungen hin.“²⁶ . In dieser Aussage finden sich viele Anregungen, warum es lohnend ist, sich mit einem älteren Menschen auf eine innere Reise zu begeben. Das kann im Privatgespräch

²⁵ Rey, Hess: Die Reise ist noch nicht zu Ende, 27-28

²⁶ Die Reise ist noch nicht zu Ende, 10

geschehen, oder in Veranstaltungen - jedenfalls ist hier ein Weg, der direkt zu Gott führen könnte – viel mehr als eine Bibelstunde oder eine Predigt. Auch das Hausabendmahl im Anschluss an den Abendmahlsgottesdienst kann für alle Beteiligten zu einem sehr dichten und wahrhaftigen Erleben werden.

Nach Rey sind Bedürfnisse im Alter Wärme und Liebe. **Gebetsformen** zu finden, die diesem Bedürfnis gerecht werden und die kreativ sind und für Senioren körperlich möglich, ist eine schöne kreative Herausforderung. Rey empfiehlt das **körperliche Gebet**: Er empfiehlt Gebetsübungen, wo man mit dem gesamten Körper betet. Der Körper ist wie eine CD, in die das Lied seines Lebens eingeritzt ist. Die Körperhaltung ist Ausdruck der Befindlichkeit der betenden Person. Und das kann man auch andersherum nutzen: Durch die bewusste Aufrichtung des Körpers und eine freie Kopfhaltung beeinflusse ich mein (negatives) Gefühl positiv und schaffe in mir Raum für Gottes Gegenwart und Zuspruch.

Evangelistische Chance: Gestaltung von Gemeindegottesdiensten, öffentliche Einladung dazu besonders an kirchlichen Festtagen. Vorträge oder Seminare zum Thema, auch an der VHS.

4.2.2.6. Sterben ist ein ganz wesentliches Thema in einer Seniorengemeinde. In unserer Gesellschaft ist es häufig tabuisiert oder kommt gar nicht vor, weil die Sterbenden nicht mehr in den Familien, sondern in Pflegeheimen leben. Auch hier ist eine schöne Möglichkeit, den Himmel lieb zu machen und das Sterben als einen Durchgang zum ewigen Leben mit Gott zu verkündigen anstatt als den bedrohlichen Sensenmann. Gottesbegegnung kann Hilfe und Freude zum Sterben sein.²⁷

Evangelistische Chance: Beerdigungsredner; Trauerkaffee im Gemeindehaus; Angebot von Trauerbegleitung, auch als Kurs für mehrere im Sinn einer Selbsthilfegruppe; konkrete Hilfsangebote an die Hinterbliebenen wie Wohnungsauflösung oder Umzug ins Heim u.a.

5. Zusammenfassung

5.1. Chancen und Grenzen: Was geht? Was geht nicht?

- Der großen Lebenserfahrung eines Senioren mit aller Weisheit und Kompetenz steht eine gewisse innere Festlegung und Sturheit und Besserwisserei gegenüber.

²⁷ Die Reise ist noch nicht zu Ende, 37

- Lebenserfahrungen können auch verdrängt werden, der Betroffene verhärtet sich, verweigert sich, tritt die innere Flucht an. Ein solcher Mensch ist nicht leicht auszuhalten.
- In der Theologie gilt es, die Balance zwischen einer wohlthuenden Weite des Denkens einerseits und dem Wahrheitsanspruch Jesu andererseits zu finden.
- Die Gelassenheit des Alters ist am Feierabend eine wunderschöne Eigenschaft, aber wenig hilfreich, wenn sie in Passivität umschlägt.
- Der Senior leidet unter der Diskrepanz zwischen seiner hohen Motivation und seiner geringen Körperkraft.
- Dem Wunsch, dass die eigene Gemeinde wachsen möge, steht die geringer werdende persönliche Spannkraft gegenüber. Denn Beziehungen kosten Kraft und bergen immer ein Konflikt-Risiko.
- Die Gelegenheiten, neue Beziehungen aufzubauen, sind für Senioren selten. Dabei ist die größte Herausforderung für überalterte Gemeinden, die Beziehungsisolation zu durchbrechen.

5.2. Meine Vision

ist immer noch, dass das Gemeindehaus zu einem Begegnungszentrum für Senioren wird. Dort finden sie ein Cafe mit Speisenangebot vor, andere Menschen, können sich verabreden und sich Hilfe holen oder einfach Freizeit gestalten. Dieses gemeinschaftliche Miteinander erhält durch die christliche Wertefüllung, durch Liebe im Miteinander durch die Mitarbeitenden seine Prägung, Mitte und Motor. Strukturiert wird die vielfältige Begegnung durch Gottesdienst, Seminare zur Lebenshilfe und zu Seniorenthemen mit christlichen Antworten und anderen hilfreichen Angeboten. Es gibt Besuchsdienste und praktische Hilfe genauso wie christliche Lehre und Seelsorge und Beratung. Ich könnte mir eine solche Gemeinde gut in einem Seniorenwohnheim vorstellen, aber auch in einem Bürgerzentrum eines Ortes oder in einem ganz normalen Gemeindehaus. Und vermutlich würde ein solch lebendiger Organismus nicht lange eine Seniorengemeinde bleiben, sondern Jüngere, die die Älteren unterstützen, würden dazukommen und mitleben. Jedenfalls wäre es eine echte Herausforderung, dass alte Menschen neu geboren werden, zu neuer Hoffnung und Versöhnung mit sich und ihrem Gott und sich die Gemeinde nicht über Kinder, sondern über immer mehr Senioren erweitert. Sie könnte dann vielleicht Nikodemus-Gemeinde heißen...

Um diese Vision Wirklichkeit werden zu lassen, ist aber eine Grundausstattung an Geld und Mitarbeitern nötig. Besteht eine Gemeinde vorwiegend aus Slow-Go's und No-Go's, ist so eine Entwicklung nur noch mit einem großen Gotteswunder möglich, indem er Menschen von außen dazu tut. Sonst reichen die Mitarbeiterkräfte nicht aus. Das lässt sich manchmal in Zusammenarbeit mit größeren Nachbargemeinden gestalten, indem motivierte und begabte Familien oder Einzelpersonen sich zu der bedürftigen Gemeinde umorientieren und ganz bewusst dort mit aufbauen. Die Erkenntnisse aus Gemeindeaufbau und Gemeindeberatung bezüglich einer Mindest-Mitgliederzahl, die für eine lebensfähige Gemeinde nötig ist, sind nicht zu ignorieren. Wenn der Erhalt und Betrieb der Gemeinde für alle zu einer Überbelastung und Quälerei wird, sollte die Leitung die Weisheit und Liebe besitzen, zu einer Schließung der Gemeinde zu raten und die einzelnen Mitglieder liebevoll darauf vorbereiten und mit jedem beraten, in welcher Gemeinde der Stadt er denn anschließend am besten aufgehoben wäre.

5.3. Was bleibt? Setze den richtigen Schwerpunkt – das Reich Gottes!

Gott will, dass alle Menschen zur Erkenntnis der Wahrheit kommen.

Jede Altersphase mit ihrer Stärke ist der gegebene Weg, andere zu erreichen, die in derselben Situation leben. Das gilt auch für Senioren. Es gilt, Phantasie zu entwickeln, an welchen Orten man mit anderen Senioren in Kontakt kommt oder ihnen mit ihren Bedürfnissen dienen kann. Vielleicht gilt hier noch stärker als sowieso, sehr sorgfältig auf den einzelnen Menschen einzugehen und nicht von einer Gruppenkonformität auszugehen. Die Seniorengemeinde hat Daseinsberechtigung, auch die sterbende. Wenn es der Gemeinde wert ist, eine Pastorin zu bezahlen, sollte es der Pastorin nicht wie in jeder anderen Gemeinde auch wert sein, diese Gemeinde von Herzen zu lieben und ihr zu dienen? Im Reich Gottes gilt das Leistungsprinzip nicht. Johannes Reimer hat sein Buch zum Gemeindeaufbau „Die Welt umarmen“ genannt. Wie wär's mit „Senioren dieser Welt umarmen“?

Literaturverzeichnis

Themenbereich Entwicklungspsychologie (des Alters)

- Brocher, Tobias: Stufen des Lebens, 9. Aufl. Stuttgart 1989.
- Dörner, Klaus; Plog, Ursula u.a.: Irren ist menschlich. Lehrbuch der Psychiatrie und Psychotherapie, Neuaufl., 2. korrigierte Aufl. 2004.
- Lehr, Ursula: Psychologie des Alterns, Wiebelsheim, 10. korrigierte Auflage 2003.
- Razumovsky, Dorothea: Letzte Liebe. Roman, weissbooks.w 2009.
- Schlumpf, Elisabeth: Wenn ich einst alt bin, trage ich mohnrot. Neue Freiheiten genießen, München 2003.
- Schweizer, Friedrich: Lebensgeschichte und Religion. Religiöse Entwicklung und Erziehung im Kindes- und Jugendalter, 5. Aufl. Gütersloh 2004
- Wilkening, Freund, Martin: Entwicklungspsychologie. Workbook, Basel 2008.

Themenbereich Spiritualität im Alter, Seelsorge

- Fowler, James W.: Stufen des Glaubens. Die Psychologie der menschlichen Entwicklung und die Suche nach Sinn, Gütersloh 1991.
- Hörnigke, Heiko: Aufbruch im dritten Lebensalter. Gottes Berufung für die Generation plus, Schwarzenfeld 2006.
- Rey, Karl Guido; Hess, Edith: Die Reise ist noch nicht zu Ende. Seelische Entwicklung und neue Spiritualität in späteren Jahren, München, 2. Auflage 2004.
- Schweitzer, Friedrich: Postmoderner Lebenszyklus und Religion. Eine Herausforderung für Kirche und Religion, Gütersloh 2003.
- Ziemer, Jürgen: Seelsorgelehre. Eine Einführung für Studium und Praxis, UTB 2147, Göttingen 2000.

Themenbereich Exegese

- Die Bibel, Einheitsübersetzung, 5. Auflage 2004 in neuer Rechtschreibung, Stuttgart 1999.
- Klauck, Hans-Josef: Der erste Johannesbrief. EKK XXIII/1, Neukirchen-Vluyn 1991.
- Krimmer, Heiko: Johannesbriefe. Edition C-Bibelkommentar, Bd 21, Neuhausen-Stuttgart 1989.
- Niebuhr, K-W. (Hg): Grundinformation Neues Testament, UTB 2108, Göttingen 2000.

Wengst, Klaus: Der erste, zweite und dritte Brief des Johannes. Ökumenischer Taschenbuchkommentar zum Neuen Testament, Bd.16, Würzburg 1978.

Themenbereich Gemeindeentwicklung

Reimer, Johannes: Die Welt umarmen. Theologie des gesellschaftsrelevanten Gemeindebaus, Marburg a.d.Lahn 2009.