



Leitsätze für die Gemeindegemeinschaft mit älteren Erwachsenen Gestaltungstipps

Leitsatz 6: Neue Freiheit mit Offenheit für Veränderungen – NEU-START

Das spätere Erwachsenenalter eröffnet den meisten Menschen neue Freiheiten zur Lebensgestaltung und zur Entdeckung und Nutzung vorhandener Ressourcen, die bisher evtl. nicht gelebt werden konnten. Das neu Ge- und Erlebte fordert zu Offenheit und Veränderungsbereitschaft heraus.

Ziel:

Gelegenheiten werden geboten, Zurückliegendes zu reflektieren, (verborgene) Gaben und Fähigkeiten zu entfalten und den neuen Lebensabschnitt nicht als Stagnation und Last, sondern als Neuorientierung zu nutzen.



Bildquelle: iStock/Goodluz

Erläuterung des Bildes zum Leitsatz:

Die größten Zuwächse bei der Nutzung moderner digitaler Kommunikationstechnik gibt es in der Gruppe der über 60-Jährigen. Vermutlich weil die Nutzung einfach zeitintensiv ist. Und wer in der nachberuflichen Phase seine Zeit freier einteilen kann, kann sich auch mit diesen neuen Techniken intensiver beschäftigen. Mit weit entfernt lebenden Enkeln chatten oder Einträge in Online-Lexika ergänzen sind nur zwei Beispiele für die ungeahnten Möglichkeiten, die sich neu bieten.

Und es macht vielen Spaß, Neues zu entdecken und im Kopf fit zu bleiben. Darum schreiben sich auch viele ältere Erwachsene in Universitäten ein, manche sogar mit festen Zielen wie einem weiteren Hochschulabschluss oder gar einer Promotion.

Was auch immer zu einem passt: Das Bild zeigt, dass es auch für ältere Erwachsene noch vieles zu entdecken gibt.

Grundsätzliches

Chancen und Herausforderungen der nachberuflichen Lebensphase

Die nachberufliche Phase wird von vielen ersehnt, von anderen gefürchtet. Auf jeden Fall ist sie mit Veränderungen verbunden.

Durch die Zeitressourcen, die nun zur Verfügung stehen, wird vieles möglich, weil der Beruf nicht mehr den Tagesablauf bestimmt. Talente, die schlummern, können wachgerufen und weiterentwickelt werden, Beziehungen können belebt und zurückliegende Lebensphasen reflektiert werden. Neues zu entdecken und zu lernen macht vielen Spaß und ermöglicht die Erfüllung offener Wünsche (sei es, noch einmal zu studieren, ein Musikinstrument zu erlernen, mit dem Wohnmobil ferne Länder zu erkunden oder sei es, alte Freundschaften aufzufrischen, neue Kontakte zu knüpfen, mehr Zeit für Kinder und Enkelkinder zu haben oder auch die Beziehung zu Gott aufzuräumen und das Bibellesen mehr zu intensivieren).

Aber die nachberufliche Phase beinhaltet auch immer einen drastischen Veränderungsprozess! Für alle stellt sich die Frage: Was gibt meinem Leben für die vor mir liegenden Jahre Sinn und Bedeutung? Wie gestalte ich den Veränderungsprozess? Gehe ich mit Neugier und Offenheit auf Neues zu? Oder möchte ich am liebsten, dass alles bleibt, wie es ist?

Ohne Veränderung gäbe es keine Entwicklung und kein Wachstum! Die eigenen Stärken und Schwächen zu kennen, hilft den Veränderungsprozess bewusst und fröhlich zu gestalten. Deshalb ist es gut zu lernen, so mit den Veränderungen umzugehen, dass sie voranbringen, dass sie uns guttun und dazu beitragen, dass wir uns weiterentwickeln. Die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit dem bisher Erlebten hilft, Ungeklärtes zu sortieren und zu bewältigen. Sie ist die Chance zur Aussöhnung mit der eigenen Biographie. Was auch immer früher geschehen sein mag, es liegt in unserer Verantwortung, ob es uns und womöglich andere weiter belastet. Schuldzuweisungen verhindern Wachstum und fördern Selbstmitleid. In einer Reflexion kann manches abgetrauert, vieles wertgeschätzt und Freiheit gewonnen werden. Ein solcher Prozess wirkt Verbitterung entgegen und ermöglicht auch lange Zurückliegendes auszusprechen und einander Versäumtes zu vergeben. Offen zu sein für Veränderungen bedeutet Ja zu sagen zu lebenslangem Lernen. Es bedeutet auch die Freiheit zu haben, sich und anderen nichts mehr beweisen zu müssen. Und es bedeutet, die Grenzen des Älterwerdens – auch den Verlust von Kräften – in den Lernprozess zu integrieren und damit konstruktiv umzugehen.

(Jutta Teubert, gekürzt, aus „alt werden? Anders!“ – Edition BEFG, Leitsatz 6, S. 52-56)

Biblisch

Im NT finden sich zwar relativ wenig Aussagen oder biografische Beispiele, die Rückschlüsse auf das Bild vom Altern möglich machen. (sh. F. Schneider im Arbeitsbuch „alt werden? Anders!“ „Gedanken zum Alter ...“ S. 18-20)

Grundsätzlich gilt allerdings Folgendes: Als Christen leben wir der Wiederkunft unseres Herrn und dem Kommen des Reiches Gottes entgegen, „wir warten auf einen neuen Himmel und eine neue Erde ... in denen Gerechtigkeit wohnt“ (2. Petr. 3,13). Bei denen, „die auf Christus getauft“ sind (Gal.3,27.28) verlieren die gängigen Unterscheidungen nach Herkunft, Stand, Geschlecht – und Lebensalter – ihre Bedeutung. In Christus geschieht Neuwerdung und in seiner Nachfolge leben wir auf ihn und auf das Neue zu. „Ist jemand in Christus, so ist er eine neue Kreatur: das Alte ist vergangen, siehe, Neues ist geworden“ (2. Kor. 5,17). „Ich vergesse, was dahinten ist, und strecke mich aus nach dem, was da vorne ist, und jage nach dem vorgestreckten Ziel ...“ (Phil. 3, 13/14).

Dieser Weg nach vorne und in die Zukunft ist ein lebenslanger Prozess und er gilt in jeder Lebensphase. Berufungen in neue Aufgaben und somit Lebensveränderungen können in jungen Jahren erfolgen (sh. im AT: Jeremia – im NT: Timotheus) oder im gereiften Alter (AT: Abraham und Mose)

„In Christus“ und durch die Wirksamkeit des Geistes Gottes sind alle Selbst- und Fremd- aus- und eingrenzungen („zu jung“ oder „zu alt“) aufgehoben. Es gilt vielmehr, sich in jeder Lebensphase, die Offenheit und die Bereitschaft für Veränderungen und neue geistliche Weichenstellungen zu bewahren.

(sh. Andacht „Abraham“ von Siegfried Wendel in „Gestaltungstipps zu Leitsatz 1“)

Gemeindlich:

- Wie gehen wir als Gemeinde mit Menschen in ihrer nachberuflichen Phase um?
- Behalten wir sie im Auge?
- Gewähren wir älteren Erwachsenen Zeit, Raum und Aufmerksamkeit für die Entfaltung von Begabungen und die Erfüllung von Wünschen? Geben wir einen Raum zum „Ausprobieren“? Oder „nageln“ wir sie in ihrer bisherigen Aktivität und Verbindlichkeit fest?
- Signalisieren wir Offenheit, das Gemeindeleben an anderen Stellen mitzugestalten? (Das darf nicht verwechselt werden mit einer Enthebung aus dem Amt, das Freude macht und mit Begeisterung ausgeübt wird, etwa aus Altersgründen!)
- Erwartet die Gemeinde einen Gewinn in der Neuorientierung älterer Erwachsener?
- Machen wir einander Mut, Begabungen und Zeitressourcen in der Gemeinde, überregional und auch für gesellschaftliches Engagement einzusetzen?

Folgerung:

- Wir gewähren uns und insbesondere älteren Erwachsenen Freiheit zur Weiterentwicklung.
- Wir geben Zeit, Raum, Aufmerksamkeit und Motivation für die Entfaltung von Begabungen und die Erfüllung von Wünschen.
- Gegebenenfalls entpflichten wir ältere Erwachsene wertschätzend von ihren bisherigen Aufgaben.
- Wir signalisieren Offenheit, das Gemeindeleben an anderen Stellen mitzugestalten.
- Erstarkte Ressourcen in das Gemeindeleben und darüber hinaus einzubringen, erleben wir als Chance. Als Gemeinde sehen wir einen Gewinn in der Neuorientierung und ermutigen, Begabungen und Zeitressourcen einzusetzen.
- Wir nehmen Menschen in ihren veränderten Rollen wahr und segnen sie für ihre neuen Aufgaben.

Programmorschlag

Programmpunkt	Inhalt	Material
Begrüßung	Tageslosung, Gebet	
Lied	„Du gibst das Leben, das sich wirklich lohnt“ Oder „Wer auf Gott vertraut“	F&L 379 oder 419
Einstieg	Spiel: Essen, Handwerk, Musik, Sport	Anleitung, s.u.
Impuls	Was fällt mir zu der Bildkarte ein? An wen oder woran muss ich spontan denken?	Bild „Neu-Start“, s.o.
Gemeinsame Lesung	Psalm 92	F&L 537
Kurzvortrag	„Neue Freiheit mit Offenheit für Veränderungen“	s.o. Grundsätzliches“
Andacht	Zu einem biblischen Impuls	s.o. „Biblich“
Gespräch	<ul style="list-style-type: none">- Darf sich die bisher gewohnte Aktivität und Verbindlichkeit von Gemeindemitgliedern verändern?- Signalisieren wir Offenheit, das Gemeindeleben an anderen Stellen mitzugestalten?- Erwartet die Gemeinde einen Gewinn in der Neuorientierung älterer Erwachsener?- Machen wir einander Mut, Begabungen und Zeitressourcen in der Gemeinde, überregional und auch für gesellschaftliches Engagement einzusetzen?	Ggf. Flipchart Ggf. Einsatz der Zitate, s.u.
Lied und Verabschiedung	„Du bist die Kraft, die mir oft fehlt“ oder „So ist Versöhnung“	F&L 421 oder 371

Anmerkungen:

Die Grundsatz-Gedanken sind dem Arbeitsbuch „alt werden? Anders!“ (Edition BEFG 3 Oncken-Verlag) entnommen,

Leitsatz 6: „Neue Freiheit mit Offenheit für Veränderungen“ (S.52-56).

Zum Einstieg in das Thema ist die Impulskarte „Neu-Start“ (zu Leitsatz 6) gut geeignet, s.u. „Materialien“.

(Kartensatz mit 10 Karten „Leitsätze für die Gemeindegemeinschaft mit älteren Erwachsenen“ kann kostenlos unter www.familieundgenerationen.de bestellt werden)

Arbeitsmaterialien:

Spiel: Handwerk, Essen, Musik, Sport

Vorbereitung: Stifte, rotes Kärtchen für jeden Teilnehmer/-in, doppelte Anzahl gelber Kärtchen

1. Jede/r Teilnehmer/-in entscheidet sich spontan für eine Kategorie und schreibt sie zusammen mit seinem Namen auf ein vorbereitetes (rotes) Kärtchen.
2. Daraus werden 4 Kleingruppen zusammengestellt.
3. Die Kleingruppenmitglieder sollen miteinander besprechen, warum sie sich für diese Kategorie entschieden haben und welche 2 Begriffe einem jeden hierzu besonders wichtig sind (Gruppe mit 4 Mitgliedern schreibt also 8 Begriffe auf (gelbe) Kärtchen).
4. Die Kleingruppenmitglieder gehen zurück in die große Runde und alle gelben Kärtchen (aller 4 Kategorien) werden untereinander vermischt. Anschließend darf jeder Teilnehmer 2 Kärtchen ziehen.
5. Die Spielleitung stellt nun die Frage:
„Stell dir folgende Situation vor: Du hast 2 andere Teilnehmer/-innen dieser Gruppe eingeladen. Bei einem Campingausflug im Wald taucht plötzlich ein Bär auf. Wie geht ihr mit dieser Situation um? Verwende hierzu bitte die Begriffe, die auf deinen beiden Kärtchen stehen.“

Zitate:

- „Fang nie an aufzuhören, hör nie auf anzufangen.“ Cicero
- „Wer aufhört zu lernen, ist alt. Er mag 20 oder 80 sein.“ Henry Ford
- „Die Leute, die nicht zu altern verstehen, sind die gleichen, die nicht verstanden haben, jung zu sein.“ Marc Chagall
- „Alles, was Spaß macht, hält jung.“ Curd Jürgens
- „Nicht das Alter ist das Problem, sondern unsere Einstellung dazu.“ Cicero
- „Im Grunde haben die Menschen nur zwei Wünsche: alt zu werden und dabei jung zu bleiben.“ Peter Bamm