

Welche Bildung für die Babyboomer?

Prof. Dr. Pasqualina Perrig-Chiello

1

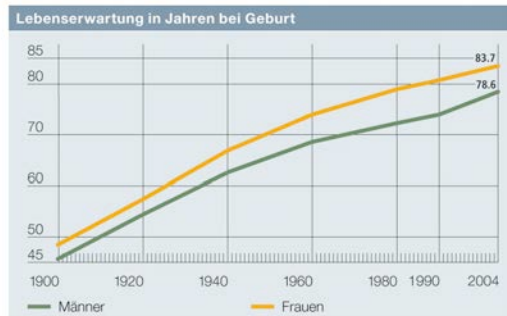
Übersicht

- > **Wandel des Alters**
- > Die Konstanten – kognitive Veränderungen im Alter
- > Lebenslanges Lernen – wichtiger denn je
- > Bildungsansprüche heutiger Senioren

2

Eine Gesellschaft langlebiger Menschen

Mittlere Lebenserwartung nach Geschlecht seit 1900



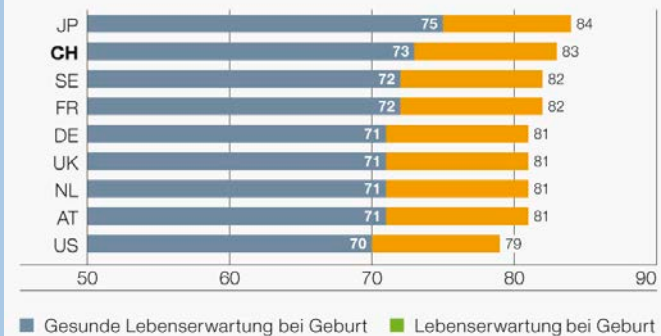
Seite 7/11 Das Gesundheitswesen in der Schweiz | Ausgabe 2006

3

Das Leben nach 65 in der Schweiz – noch viele Jahre in guter Gesundheit

Gesunde und gesamte Lebenserwartung

Ab Geburt (in Jahren), beide Geschlechter, 2012



4

Die Pensionierung – Beginn des Ruhestands?



Saul Steinberg, Lebenstreppe, Hamburg, 1954.

5

„Normalpensionierung“ zunehmend weniger häufig

Der Uebergang vom Berufsleben in die Pensionierung wurde vielfältiger, abhängig von

- > persönlichen Merkmalen und Interessen,
- > berufliche Erfahrungen und betrieblichen Strukturmerkmalen,
- > wirtschaftlichen Faktoren (Vermögenssituation, Rentenansprüche),
- > institutionellen Faktoren der Altersvorsorge sowie wirtschaftlich-konjunkturelle Rahmenbedingungen.

Im europäischen Vergleich erfolgt der Erwerbsaustritt in der Schweiz im Schnitt um rund 2 Jahre später als in Europa allgemein. Mit einem durchschnittlichen Alter von 63.2 Jahren bei der Pensionierung gehört die Schweiz zu den Staaten mit einer späten Pensionierung (Bundesamt für Statistik 2015).

6

Das Leben nach 65: viele Gestaltungsmuster

- **Weitermachen:** Was macht Spass und was möchte man/frau weiter machen?
- **Loslassen:** Was möchte man/frau endgültig hinter sich lassen bzw. nicht mehr machen?
- **Nachholen:** Was möchte man/frau ‚nachholen‘ (Realisierung nicht-realisierten Wünsche)?
- **Neue Aufbrüche:** Was möchte man/frau ganz neu anfangen/unternehmen?

7

Geplante und tatsächlich ausgeübte Beschäftigung nach der Pensionierung

Aktivitäten	geplant als Erwerbstätige	ausgeübt als Pensionierte
Reisen	50%	24%
Hobby, besondere Interessen	34%	27%
Hilfe/Pflege Familie/Kindern/Enkel/PartnerIn	16%	21%
Freiwillige ehrenamtliche Mitarbeit	14%	15%
Kultur, Lesen	12%	20%
Gesellschaftliches Leben, Freunde treffen	11%	10%
Sport	30%	9%
Wandern/Bergwandern	8%	28%
Tagesreisen/Besuche	8%	14%
Gartenarbeit	7%	2

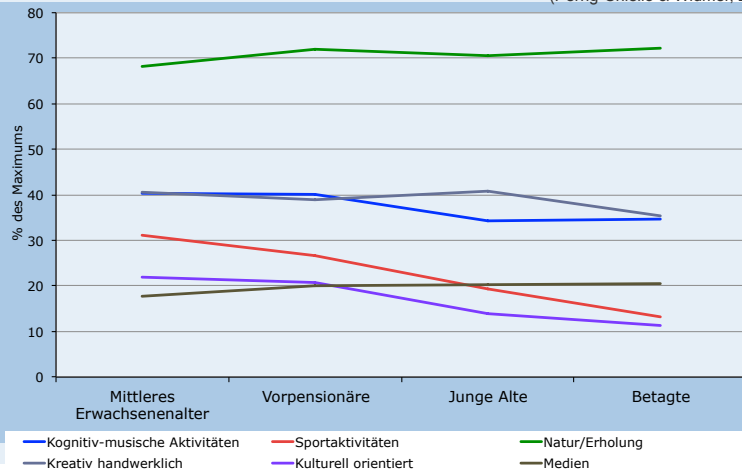
N = je 300 Personen; Quelle: AXA Retirement Scope 2008, Vgl. www.axa-winterthur.ch, www.retirement-scope.axa.com

8

Freizeitverhalten der Frauen in der zweiten Lebenshälfte

(Mittlere Ausprägung als Prozentangabe des Maximums)

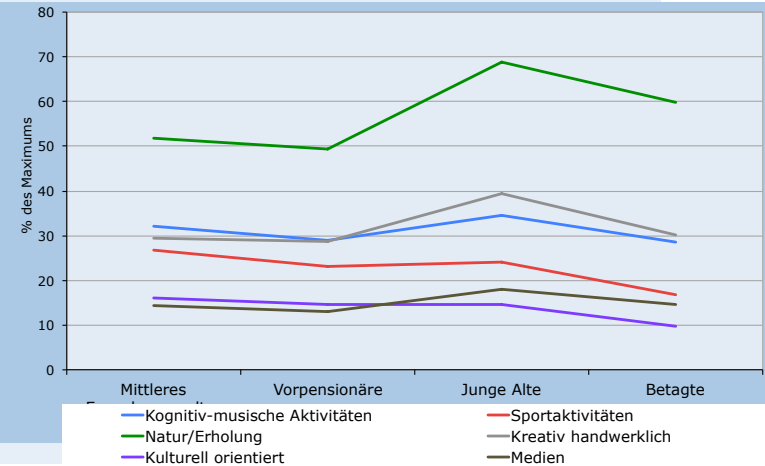
(Perrig-Chiello & Widmer, 2008)



9

Freizeitverhalten der Männer in der zweiten Lebenshälfte

(Mittlere Ausprägung als Prozentangabe des Maximums) (Perrig-Chiello & Widmer, 2008)



10

Alter und Generationen im Wandel

Die Babyboomer (Jahrgänge 1946 – 1956)
revolutionieren das Alter

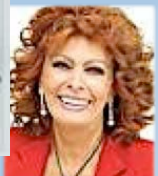
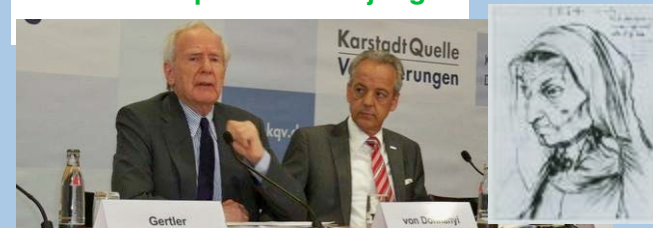
- Gesünder, fitter, gepflegter
- Besser ausgebildet
- Finanziell besser gestellt
- Politischer
- Mobiler
- Selbstbewusster
- Individualistischer



11

Alterslose Babyboomer

Studie zur Gesellschaft im Wandel
Greises Europa fühlt sich jung



Der ehemalige Bildungsminister Klaus von Dohnanyi (Jg 1928) hält ein Umdenken für notwendig: "Es herrscht immer noch das Gefühl vor, dass diese Überalterung mit einem Bedrohungspotenzial verbunden ist", sagte er bei der Präsentation der Studie. **Dabei seien die Alten von heute überhaupt nicht mehr alt. "Erst wenn sie 70 sind, kommen sie darauf, dass sie nicht mehr 30 sind."** Dohnanyi bezeichnete es als Unding, dass man in Deutschland mit 65 "ausrangiert" werde.

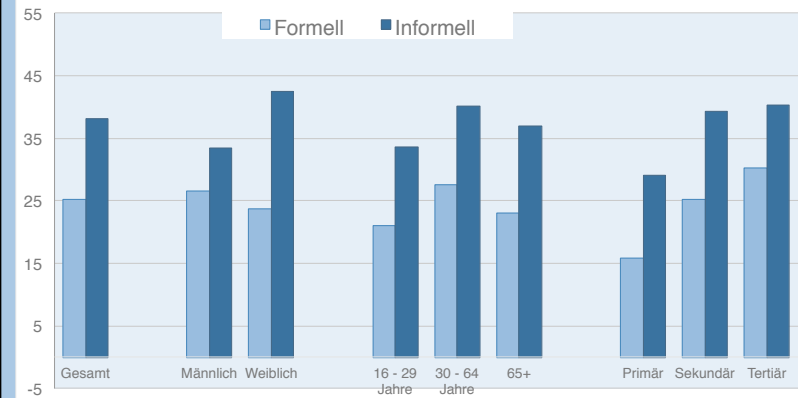
12

Nicht nur Reisen und Wellness im Kopf ... Aktiv für andere – Senioren als Ressource

- > *Gesunde* Pensionierte sind gesellschaftlich gesehen eine wichtige soziale Ressource. Entsprechend sind sie konfrontiert mit Erwartungen an die intergenerationelle und intragenerationelle Solidarität.
- > Die vermehrte freie Zeit nach der Pensionierung führt nicht zu einem markanten Anstieg der Freiwilligenarbeit. Zumeist sind auch im Alter diejenigen engagiert, die schon vorher engagiert waren.
- > Zudem: Aufgrund mangelnder Ressourcen sind viele Pensionierte nicht in der Lage, sich gemeinnützig zu betätigen.

13

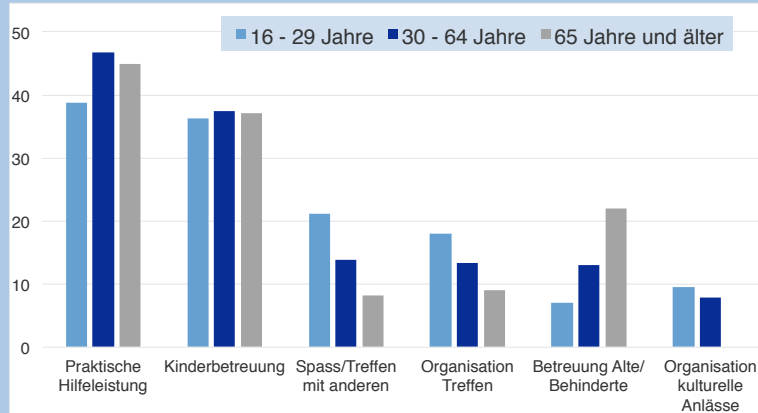
Freiwilligenarbeit formell, informell und online (2015)



Sozialbericht Schweiz 2016 (in Vorb.)

14

Informelle Freiwilligenarbeit nach Tätigkeit und Alter (2015)



Sozialbericht Schweiz 2016 (in Vorb.)

15

Übersicht

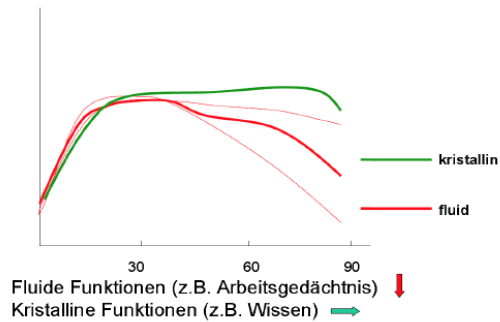
- > Wandel des Alters – Demokratisierung des Wissens
- > **Die Konstanten – kognitive Veränderungen im Alter**
- > Lebenslanges Lernen – wichtiger denn je
- > Bildungsansprüche heutiger Senioren

16

Kognitive Leistungen über die Lebensspanne

Unterschiedliche Verläufe je nach Leistung

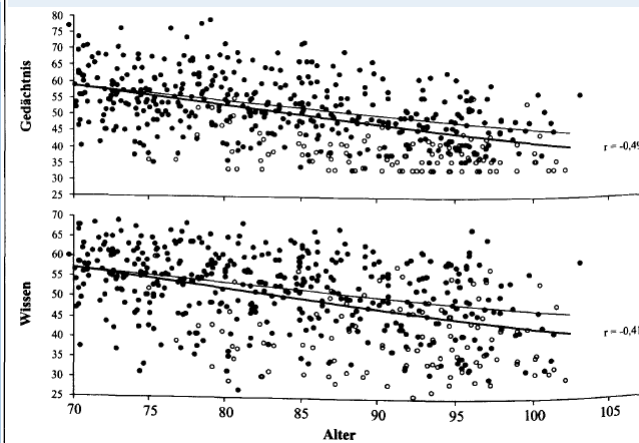
Veränderungen mit dem Alter:
kristalline und fluide kognitive Funktionen



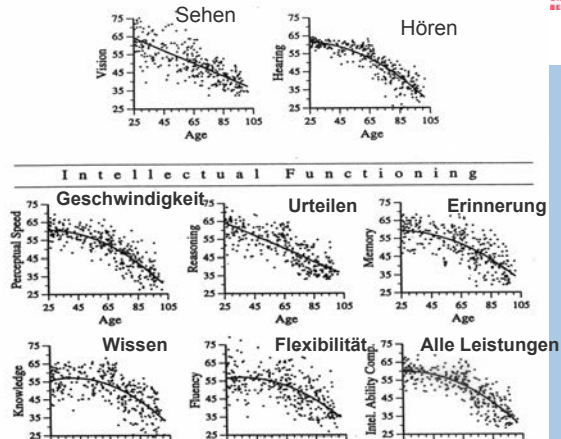
Quelle: Cattell, R.B., modifiziert von Falkenstein, M./Leibniz-Institut für Arbeitsforschung an der TU Dortmund

Kognitives Altern- eine sehr heterogene Angelegenheit

(Ergebnisse Berliner Studie)

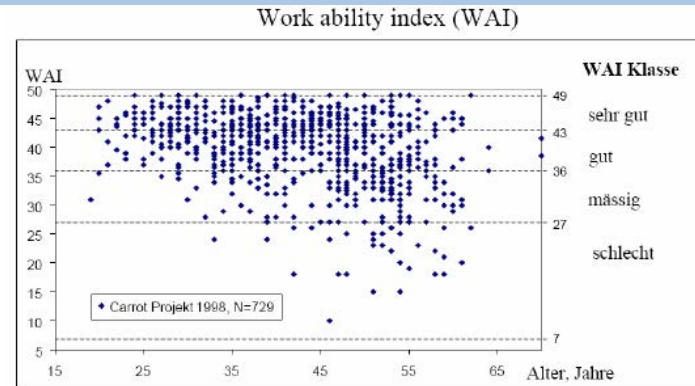


Altersbezogene Veränderungen der Wahrnehmung und des Gedächtnis



...grosse individuelle Unterschiede!

Grosse Variabilität bezüglich der Arbeitsfähigkeit



Ilmarinen (2005)

Warum diese Unterschiede?

Determinanten eines langen Lebens in guter Gesundheit und kognitiver Leistungsfähigkeit

Eine Frage individueller, sozialer und kontextueller Bedingungen

Lebenserwartung und Gesundheit werden bestimmt durch:

- **Genetische Prädisposition** rund 25%
- **Gesundheitsrelevante Faktoren in den ersten Lebensjahren** rund 10%
- **Bildung, Geschlecht, Lebensstil, soziale und finanzielle Lage** rund 65%

(Vaupel, 2005; Doblhammer-Reiter, 2007; Max_Planck-Institut- Rostock)

21

Übersicht

- > Wandel des Alters – Demokratisierung des Wissens
- > Die Konstanten – kognitive Veränderungen im Alter
- > **Lebenslanges Lernen – wichtiger denn je**
- > Bildungsansprüche heutiger Senioren

22

P. Perrig-Chiello

Die Rahmenbedingungen für Lernen haben sich verändert

Lebenslanges Lernen?

Warum ist es heute wichtiger als früher?

23

Wissen ist Macht

früher....

Lernen fürs Leben



- > Wissen war ein Privileg der Alten (Hierarchie des Wissens): Rat der Weisen, Senat, etc.
- > Wissen wurde tradiert, von Generation zu Generation; von den Alten zu den Jungen
- > Inhalte hatten einen Zeit überdauernden Wert: Klassische Bildung, Sprachen, Lebensweisheiten
- > Werte: Disziplin, Gehorsam, Fleiss

24

Wissen ist Macht

... auch heute!

Lebenslanges Lernen

- > Wissen: ein Privileg der Jungen?
- > Das traditionelle Transfermuster von Wissen und die Weitergabe kultureller und wertbezogener Überlieferung ist in Frage gestellt
- > Demokratisierung des Wissens: ist allgegenwärtig und überall zugänglich (Internet) - Wissensgesellschaft
- > Inhalte: die grosse Vielfalt; nicht Wissensaneignung (Pauken) ist gefragt, sondern „Wissensmanagement“
- > **Wissensinhalte und Technologie veralten schnell**



u^b

25

Lebenslanges Lernen ist unumgänglich

- Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans allemal!
- Man ist ein ganzes Leben lang lernfähig
- Das Gehirn ist ein ganzes Leben lang „plastisch“
- Neuronale Verbindungsmuster werden über das ganze Leben geformt.

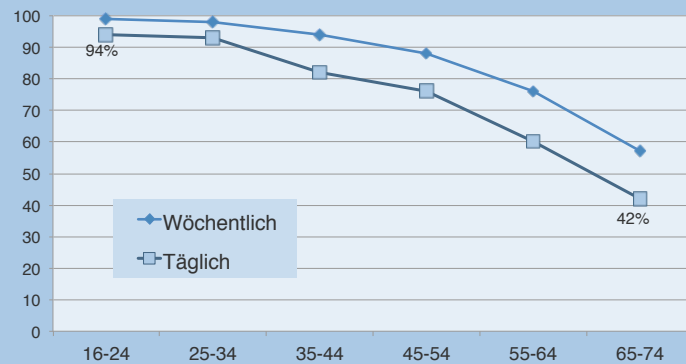


u^b
UNIVERSITÄT
BERN

26

Demokratisierung des Wissens

Personen mit regelmässigem Internetkonsum nach Alter, 2014



u^b

27

Das www – wie wird es von Senioren genutzt?

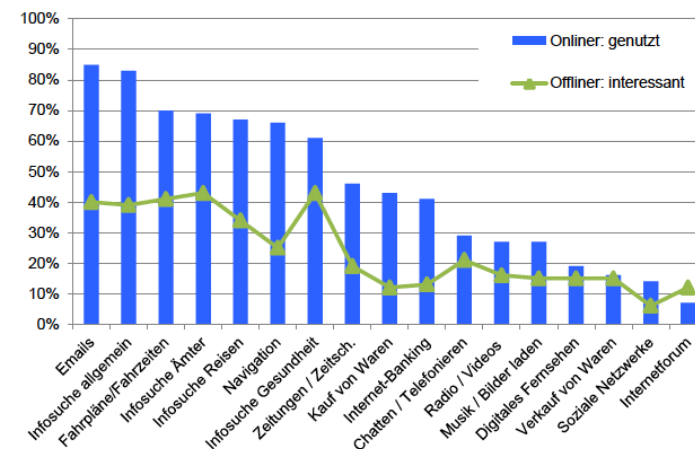
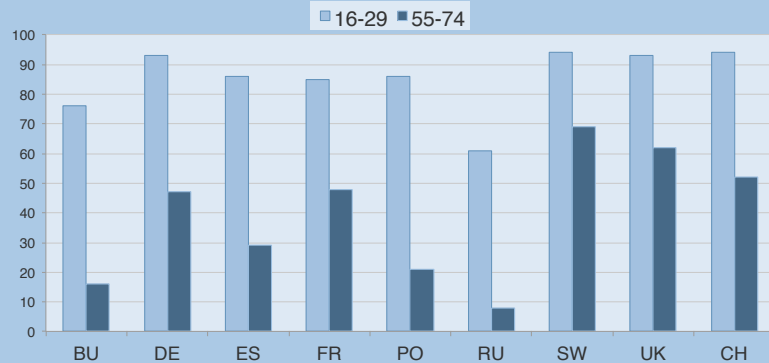


Abb. 2: Genutzte und interessante Internetanwendungen der On- und Offliner (Online N = 626; Offline N = 411)

u^b

28

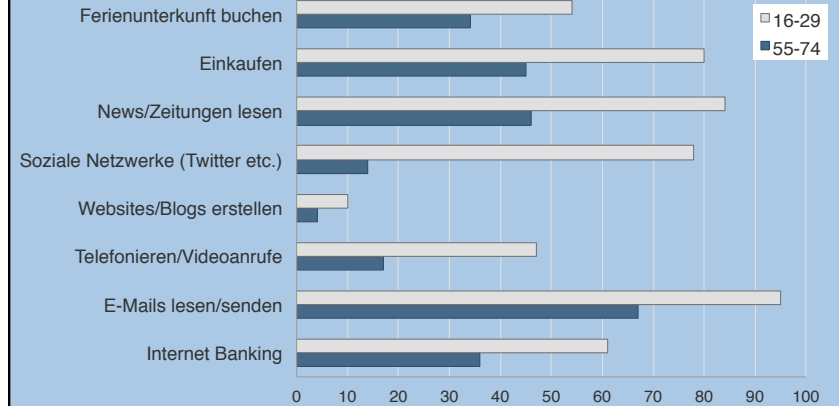
Täglich im Internet Internationaler Vergleich 2014



29

Online-Aktivitäten

Personenanteil nach Altersgruppe in %, 2014



30

Wer geistig, körperlich und sozial
rastet,

rostet!

Warum eigentlich?

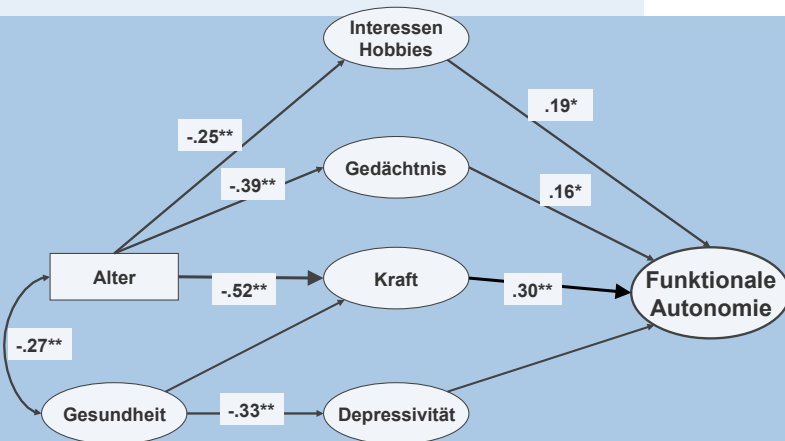
31

Die vielen Vorteile geistiger und körperlicher Aktivität

- Bildung, Hobbies bzw. Freizeitaktivitäten tragen zu einer erhöhten Reservekapazität bei und verzögern den Demenzbeginn (Stern, 2006).
- Ein „reiches“ soziales Netz trägt zu einem geringeren Demenzrisiko bei.
- Geistige, körperliche und psychosoziale Komponenten verringern in vergleichbarer Weise das Demenzrisiko und eine Kombination kann sogar das Risiko halbieren (Karp et al. 2006).

32

Determinanten der funktionalen Autonomie im Alter



Perrig-Chiello et al. (2006) *Psychology, Health & Medicine Journal*, 11,4, 470-482

33

Ob Krafttraining oder Theaterspiel.... Hauptsache, man bleibt aktiv

Age and Aging 1998, 20: 407-415

© 1998, British Geriatrics Society

The effects of resistance training on well-being and memory in elderly volunteers

PASQUANNA PERRIG-CHIELLO, WALTER J. PERRIG, ROUF EHSAN¹, HANNES B. STÄDELIN², FRANZISKA KRINGS

Institute of Psychology, University of Bern, Muesmattstrasse 45, CH-3012 Bern, Switzerland
Institute of Sports and ²Geriatric Clinic, University of Basel, Basel, Switzerland

Improving memory in older adults by instructing them in professional actors' learning strategies
H. Noice, T. Noice, .Perrig-Chiello, W. Perrig

APPLIED COGNITIVE PSYCHOLOGY IMPACT FACTOR 1.257*



34

Übersicht

- > Wandel des Alters – Demokratisierung des Wissens
- > Die Konstanten – kognitive Veränderungen im Alter
- > Lebenslanges Lernen – wichtiger denn je
- > **Bildungsansprüche heutiger Senioren**

35

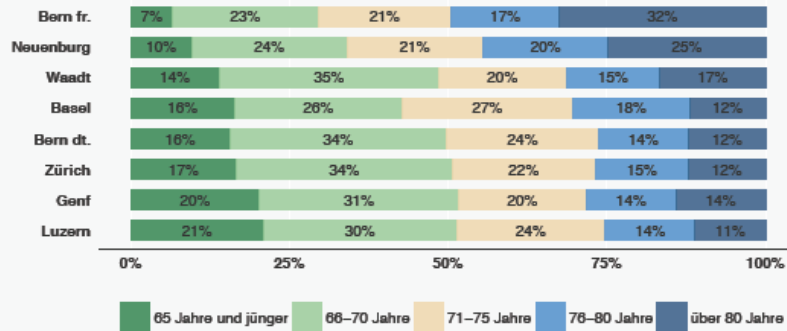
Welche Bildung?

- > **Zielgruppe:** Bildung im Alter ist weiblich (62% Frauen)
Vor allem zwischen 65-75 Jahre alt
- > **Methodik:** Methodenvielfalt, diskussionsfreudig, kritisch
- > **Inhalte:** besonders Themen in Zusammenhang mit Gesundheit, Psychologie, Philosophie, Kultur, Sprachen
- > **Abschlüsse:** Berufsqualifizierend, Freiwilligenorganisationen verlangen immer mehr

36

Zielgruppe: mehrheitlich zwischen 65 und 75 Jahre alt

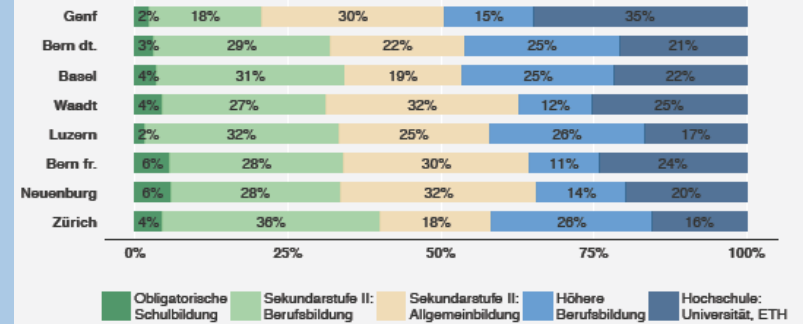
Abb. 2: Altersverteilungen an den Seniorenuniversitäten



37

Zielgruppe: mehrheitlich gut ausgebildet, aber nicht-akademisch

Abb. 3: Höchster Bildungsabschluss der Mitglieder nach Seniorenuniversitäten



38

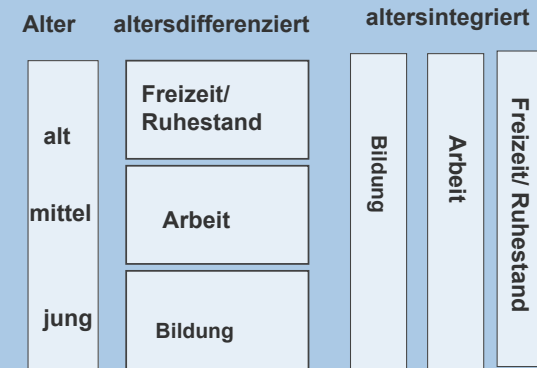
Seniorenuniversität – welche Themen interessieren?

	Höhepunkt (volles Haus, ca 300 Personen)	Tiefpunkt (rund 50-100)
2001	Humor und Gesundheit	Spanische Bestseller
2002	Herzinfarkt – so halten Sie sich jung	Poetik der britischen Folkballade
2003	Chinesische Medizin	Schweiz. Puppentheater
2004	China – gestern und heute	Menschenrechte von Mädchen mit Migrationshintergrund
2005	Makuladegeneration	Thomas Mann
2006	Gedächtnisleistungen	Geschichte der Schweiz
2007	Lernen für das Alter und im Alter	Antike Rezeption in der anglo-amerikanischen Literatur
2008	Versch. Psychologie, Medizin	Schulentwicklung
2009	Versch. Psychologie, Medizin	Moderne deutsche Literatur
2010	Versch. Psychologie, Medizin	Alter und Unternehmen
2011	Versch. Psychologie, Medizin	Musikwissenschaft

Seniorenuniversität Bern

39

Vision Weg von der Dreiteilung des Lebens!



Die Pensionierung heute: Startpunkt zu neuen Ufern

