



Leseprobe aus: Preßmar, Silver Surfer – Förderung der Medienkompetenz von Senioren, ISBN 978-3-7799-4520-8
© 2017 Beltz Verlag, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-4520-8>

Teil I:

Vorüberlegungen und Bedingungen der Seminarkonzeption

2. Die (mediale) Lebenswelt von Senioren

Im Folgenden werden zunächst die Lebenswelten von Senioren in den Blick genommen. Das hier verwendete Konzept der Lebenswelt bezieht die zunehmende Individualisierung und Pluralisierung von Lebensverhältnissen von Menschen in heutigen Gesellschaftsformen mit ein (vgl. Thiersch et al. 2002, S. 165). Das Konzept, das aus der Sozialen Arbeit der 1980er-Jahre stammt und bis heute höchst aktuell ist, wird damit einer Gesellschaft gerecht, in der zunehmend unterschiedliche Lebensbedingungen das Leben des Einzelnen prägen und damit einzigartige Lebensverhältnisse geschaffen werden. In diesem Konzept wird der

„Mensch [...] nicht abstrakt als Individuum verstanden, sondern in der Erfahrung einer Wirklichkeit, in der er sich immer schon vorfindet“ (Thiersch et al. 2002, S. 169).

Die Lebenswelt ist somit die sachlich vertraute Wirklichkeit des Menschen, in der er täglich aktiv ist; hier treffen vorgegebene gesellschaftliche Strukturen und individuelle Deutungs- und Handlungsmuster zusammen (vgl. Thiersch 1993, S. 13).

Für die Medienpädagogik ist dies deshalb bedeutsam, weil

„Lebenswelten [...] heute Medienwelten [sind]. Medien sind in allen Lebensbereichen präsent und bilden einen wesentlichen Bildungs- und Sozialisationsfaktor“ (Bürgermeister 2009, S. 168).

Die Adressaten von Angeboten können also nicht unabhängig von individuellen und gesellschaftlichen Gegebenheiten agieren. Vielmehr werden Menschen in der lebensweltorientierten Medienarbeit systemisch-ganzheitlich und situationsbezogen in den Blick genommen (vgl. ebd., S. 167).

Gerade die Lebenswelt von Senioren ist in einem starken medialen Wandel. Statistiken wie die ARD/ZDF-Onlinestudie oder der (N)ONLINER Atlas der Initiative D21 zeigen, dass Lebenswelten von Senioren zunehmend mediatisiert sind. Vor allem das Internet spielt hier eine immer größere Rolle. Zum einen erweitert es die Möglichkeiten der Kommunikation, Information und Unterhaltung, zum anderen ist es aber eine große Herausforderung, da ältere Generationen nicht mit diesem Medium aufgewachsen sind.⁵

In Haushalten von Senioren konkurriert das Internet mit vielen anderen (Massen-)Medien, die wie das Fernsehen, das Radio oder die Zeitung fest im Alltag von (älteren) Menschen integriert sind. Um einen Blick auf die (mediale) Lebenswelt von Senioren zu werfen, ist es sinnvoll, zunächst den Blick auf die Lebensphase Alter zu richten, da diese mit ihren spezifischen Ausprägungen und Bedingungen in Kombination mit der jeweiligen Lebenswelt von Senioren einen direkten Einfluss auf die Mediennutzung hat.

Die Lebensphase Alter ist jedoch vielschichtig und nicht mit einem einzigen Altersbegriff zu beschreiben, denn der Altersbegriff

„wird in sehr unterschiedlichen Kontexten benutzt und beinhaltet eine Vielzahl gesellschaftlicher und kultureller Deutungen“ (vgl. Backes/Clemens 2008, S. 11).

Im Folgenden wird deshalb zunächst die Lebensphase Alter beschrieben und in ihren spezifischen Ausprägungen beleuchtet. Denn erst auf einer differenzierten Basis von Altersgruppierungen lassen sich Aussagen über das jeweils typische Mediennutzungsverhalten treffen (vgl. Gonser/Scherer 2006, S. 123). In einem weiteren Schritt werden verschiedene Dimensionen des Alterns genauer untersucht und ihre Bedeutung für die Konzeption von Bildungsmaßnahmen diskutiert.

2.1 Lebensphase Alter

„Altern und Alter sind universelle Merkmale der menschlichen Existenz, die jedoch wenig genau und eindeutig zu definieren sind“ (Kade 2009, S. 13).

5 In Kapitel 3 werden die internetbezogenen Bedürfnisse von Senioren sowie die Möglichkeiten und Gefahren des Internets einer genauen Betrachtung unterzogen.

Sozialwissenschaftlich markiert der Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand den Eintritt in die Lebensphase Alter. Damit zeigt sich bereits ein wesentliches Merkmal des Altersbegriffs: Alter ist eine soziale Konstruktion, kein biologisch klar zuordenbares und eindeutiges Merkmal⁶ (vgl. ebd.). Eine eindeutige zeitliche Zuordnung des Eintritts in die Lebensphase Alter ist äußerst schwierig. Backes und Clemens (vgl. Backes/Clemens 2008, S. 11 f.) betonen diesbezüglich, dass der Wechsel vom Beruf in den Ruhestand aufgrund unterschiedlicher sozialpolitischer Maßnahmen (Frühverrentung, Vorruhestandsprogrammen, Rentenreformen etc.) und persönlicher Gründe (Krankheit, lange Arbeitslosigkeit etc.) höchst different ist.

Im Kontext der Ausdifferenzierung der Lebensphasen und der Pluralisierung der Lebensformen hat sich das Alter als eigenständige Lebensphase erst im Laufe der letzten Jahrhunderte entwickelt, ähnlich wie die Kindheit und die Jugend (vgl. Hurrelmann 2004). Bedingt durch eine bessere medizinische Grundversorgung und eine gesichertere Nahrungsgrundlage verschob sich das durchschnittliche Todesalter eines Menschen zu Beginn der Industrialisierung in Deutschland im 19. Jahrhundert um Jahrzehnte nach hinten. Nach Backes/Clemens (2013, S. 25) lag die durchschnittliche Lebenserwartung im Jahr 1650 bei 29 Jahren und ist bis heute auf weit über 70 Jahre angestiegen (vgl. Statistisches Bundesamt 2006, S. 40).

Das zunehmende Alter der Menschen bedingt bis heute Reformen der Gesellschaft und wirkt sich auch auf die Gestaltung von Lebensphasen aus (vgl. Hurrelmann 2004, S. 16 f.). So hatte der typische Lebenslauf zu Beginn des 20. Jahrhunderts eine einfache Segmentierung in Kindheits- und Erwachsenenalter, währenddessen schon um 1950 eine Ausdifferenzierung in Jugend- und Seniorenalter festzustellen ist (vgl. ebd.).

Durch diesen Strukturwandel der Lebensphase stellten sich neue sozialpolitische Fragen: Materielle und gesundheitliche Aspekte kamen in den Fokus und haben bis heute ihre Relevanz nicht verloren.⁷ Sie sind aber ergänzt worden durch neue Fragestellungen, wie zum Beispiel die Partizipa-

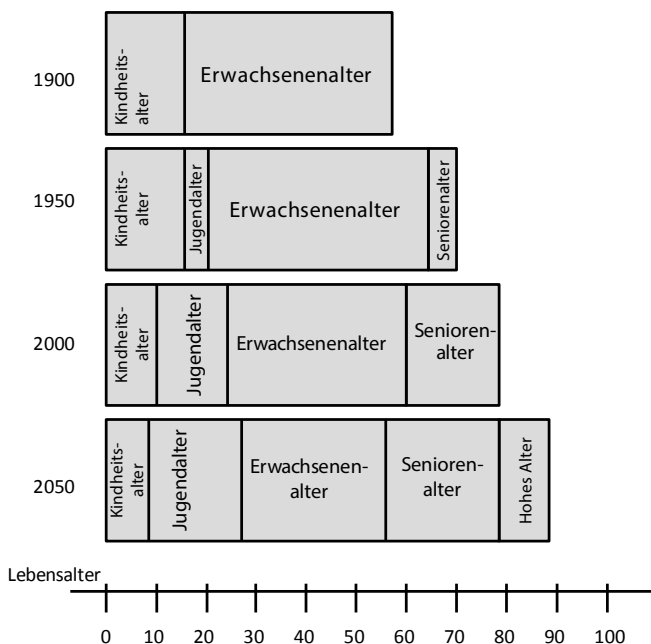
6 Dies wird besonders deutlich, wenn man sich die Altersbegriffe der vergangenen Jahrhunderte betrachtet. Medizinische, sozialpolitische, gesellschaftliche und andere Entwicklung tragen dazu bei, dass Menschen immer älter werden und sich das Alter bedingt hierdurch wandelt. Wenn man heute einen 50-Jährigen als alten Menschen bezeichnen würde, würde man hierfür wenig Verständnis ernten. Vor Jahrhunderten hingegen waren Menschen, die das fünfzigste Lebensjahr überschritten hatten, in einem hohen Alter.

7 Im Gegenteil: Auch heute ist für viele ältere Menschen die Lebensgrundlage im Alter nicht gesichert. Unter dem Begriff „Altersarmut“ wird politisch und gesellschaftlich darüber diskutiert, warum beispielsweise Arbeitnehmer trotz jahrzehntelanger Arbeitstätigkeit mit ihrer Rente im Alter nicht auskommen.

tion von älteren Menschen innerhalb unseres Gesellschaftssystems. So richtet die Lebensphase „Seniorenalter“ beispielsweise den Fokus auf die Beantwortung gesellschaftlicher Fragen nach Bildung, Teilhabe und Pflege von älteren Menschen in der Gesellschaft (vgl. Hurrelmann 2004, S. 17). Im Mittelpunkt steht hier der Begriff des aktiven Alterns. Dieser

„bezieht sich nicht nur auf die Entwicklung des Individuums, sondern auch auf eine gesellschaftliche Verantwortung: Es ist eine gesellschaftliche Aufgabe, Menschen darin zu unterstützen, Situationen aktiv herzustellen oder zu erfahren, die in besonderer Weise ihren Neigungen, Bedürfnissen, Interessen und Werten entsprechen“ (vgl. BMFSFJ 2012c, S. 19).

Abbildung I: Entstehung und Veränderung von Lebensphasen im Laufe der Zeit (vgl. Hurrelmann 2004, S. 17; Abdruck der Abbildung mit freundlicher Genehmigung von Beltz Juventa)



Die in Abbildung I dargestellte Veränderung und Entstehung von Lebensphasen seit dem Jahr 1900 verdeutlicht die Ausdifferenzierung des Lebenslaufs eines Menschen. Besonders deutlich zeigen sich die entstehenden Räume des Seniorenalters und die des Hohen Alters in der Lebensphase Alter. Da in Zukunft immer mehr ältere Menschen in der Bundesrepublik Deutschland leben werden und das Alter sich weiter als eigenständige Le-

bensphase zum Beispiel in Seniorenalter und Hohes Alter ausdifferenzieren wird, müssen die damit verbundenen gesamtgesellschaftlichen Fragen neu beantwortet werden. Deshalb wird im Folgenden näher auf den demografischen Wandel eingegangen.

2.2 Der demografische Wandel und das Generationenverhältnis

Ein Blick auf die Bevölkerungsentwicklung in Deutschland zeigt, dass unsere Gesellschaft vor tiefgreifenden demografischen Veränderungen steht. Gonser und Scherer (2006, S. 122) fassen zusammen:

„Während die Geburtenrate beständig sinkt, steigt die Lebenserwartung kontinuierlich.“

Eine immer größer werdende ältere Bevölkerungsschicht ist die Folge. Mit Bezug auf das Statistische Bundesamt (2009) verweisen Backes und Clemens (2013, S. 33) darauf, dass im Jahr 2060 34 Prozent der Gesamtbevölkerung in der Bundesrepublik Deutschland über 65 Jahre alt sein werden; dieser Gruppen stehen 14,6 Prozent Menschen unter zwanzig Jahren gegenüber. Mit diesem Strukturwandel im Altersaufbau sind jedoch weitere Entwicklungen und Merkmale verknüpft (vgl. Kade 2009, S. 21 f.; Amrhein 2006; Tews 1993):

- **Verringerung produktiver Altersgruppen:** Aufgrund des Rückgangs der Gesamtbevölkerung in Deutschland und kleinerer Geburtenraten wird sich das Verhältnis von jungen zu alten Menschen in den nächsten Jahrzehnten stark verändern. Dies hat massive Auswirkungen auf den Arbeitsmarkt, da eine kleinere Gruppe an berufstätigen jüngeren Menschen eine größere Gruppe an verrenteten älteren Menschen versorgen muss.
- **Steigende Lebenserwartung und Hochaltrigkeit:** Wie bereits oben beschrieben, wird sich die durchschnittliche Lebenserwartung weiter erhöhen. *„Die fortschreitende Alterung der Gesellschaft zeigt sich besonders deutlich anhand der wachsenden Zahl der Hochbetagten. 2009 lebten über 1,5 Millionen Menschen in Deutschland, die mindestens 85 Jahre alt waren. Ihre Zahl wird in den kommenden Jahrzehnten kontinuierlich steigen und Mitte der 2050er Jahre etwa 6 Millionen erreichen. Das entspräche einem Bevölkerungsanteil von 9 %“* (Statistisches Bundesamt 2011, S. 12).

- **Zunahme sogenannter Junger Alter:** Immer mehr Menschen werden älter und können dank der Verbesserungen im Gesundheitssystem innerhalb der letzten Jahrhunderte in ihrem Ruhestand von einer guten Gesundheit profitieren. Diese Jungen Alten sind aktiv, mobil und verfügen über produktive Ressourcen (vgl. Kade 2009, S. 22).
- **Entberuflichung des Alters:** Mittels sozial- und arbeitsmarktpolitischer Maßnahmen wie der Rente können immer mehr ältere Menschen ihren Ruhestand bei guter Gesundheit und in einem finanziell abgesicherten Rahmen leben. Gleichzeitig haben weitere sozialpolitische Maßnahmen wie zum Beispiel Frühverrentung, Altersteilzeit und Vorruhestandsregelungen zu einem immer früheren Eintritt in das Rentenalter geführt. Somit ist eine Begleiterscheinung des demografischen Wandels eine veränderte Erwerbsquote und ein verändertes Erwerbsverhalten (vgl. Kade 2009, S. 24). Verbunden mit einer allgemein höheren Lebenserwartung führt dies zu einer deutlichen Verlängerung der Lebensphase Alter (vgl. Amrhein 2006). Im letzten Jahrzehnt ist jedoch eine Trendwende in der Erwerbsquote älterer Menschen im Alter zwischen 60 und 64 Jahren zu erkennen. Laut des Deutschen Alterssurveys des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ 2012b, S. 28) stieg zwischen 2002 und 2008 in Deutschland die Erwerbstätigkeit in diesem Alter um 13 Prozent auf insgesamt 33 Prozent an.⁸
- **Verkehrung des Generationenverhältnisses:** Immer mehr ältere Menschen werden statistisch gesehen in naher Zukunft (bis 2030) auf immer weniger jüngere Menschen kommen. *„Kamen früher auf zwei Jugendliche ein Älterer, so kommt bis 2030 auf zwei Alte ein Junger unter 20 Jahren“* (ebd.). In Kombination mit den bereits beschriebenen Veränderungen in den produktiven Altersgruppen können Konflikte zwischen den Generationen entstehen. So zeigte die 16. Shell Jugendstudie (2010, S. 4), dass mehr als die Hälfte der Jugendlichen das Verhältnis zwischen Jung und Alt

8 Das BMFSFJ (2012b, S. 28) verweist zugleich darauf, dass „zu beachten ist, dass die seit 1996 deutlich gestiegene Erwerbsbeteiligung der 60- bis 64-Jährigen nicht allein eine Folge des Reformkurses ist, sondern auch demografisch begünstigt wird. Denn in diesem Zeitraum rückten gleichzeitig geburtenstarke, besser gebildete Jahrgänge in die Gruppe der älteren Erwerbstätigen nach, die mit höheren Qualifikationen bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt hatten und gleichzeitig vom damaligen konjunkturellen Aufschwung am Arbeitsmarkt profitierten.“

und den demografischen Wandel als Problem sehen. Kernprobleme sind hier die Verteilung von Ressourcen, zum Beispiel staatlicher Gelder, zwischen den Generationen, die Zugangschance zum Arbeitsmarkt und die Aufstiegsmöglichkeiten innerhalb der Arbeitsstelle (vgl. Gründinger 2010, S. 6; Petrinic 2010, S. 56 f.).

Um diese Konflikte zwischen den Generationen zu verhindern und den sozialen Frieden nachhaltig zu sichern, sind sozialpolitische Maßnahmen nötig, die die negativen Effekte des demografischen Wandels und einer verlängerten Altersphase abfedern.

Neben beispielsweise rentenpolitischen Fragen ist die Integration der älteren Bevölkerungsschichten in die Gesellschaft ein wichtiges Ziel. Aktives Altern ist ein Prozess, in dessen Verständnis der Erhalt von körperlichen, seelischen, geistigen sowie sozialen Aktivitäten die Basis für den Erhalt von Fähigkeiten und Fertigkeiten in der Lebensphase Alter ist (vgl. BMFSFJ 2012c, S. 19 f.).

Zentral ist hier das Merkmal Produktivität im Alter. Gemeint ist damit nicht ausschließlich die Herstellung von Gütern oder die Generierung von Ideen, sondern beispielsweise die Weitergabe von Wissen, Patenschaften in der Arbeitswelt oder Beistand in bestimmten Lebenssituationen (vgl. ebd.).⁹

Um gesellschaftliche Integrationsprozesse positiv zu gestalten, müssen vorhandene Ressourcen und Kompetenzen eines Individuums an die jeweilige Umwelt angeknüpft werden. Im folgenden Kapitel wird das Verhältnis zwischen Person und Umwelt speziell in der Lebensphase Alter einer genaueren Betrachtung unterworfen.

2.3 Das Verhältnis von Person und Umwelt in der Lebensphase Alter

Die Entstehung der Lebensphase Alter ist gekennzeichnet durch einen Wechsel von der Arbeitstätigkeit in den Ruhestand. Hiermit einhergehend

9 Die „Förderung entsprechender Aktivitätsformen ist über den gesamten Lebenslauf hinweg notwendig, hieraus lässt sich zum Beispiel die Forderung nach lebenslanger Bildung und Prävention ableiten“ (BMFSFJ 2012c, S. 20). Auch medienpädagogische Angebote müssen in Zukunft darauf abzielen, ihre Zielgruppen zu erweitern und damit ältere Menschen in ihre Angebote einzuschließen und im Idealfall eine gesellschaftliche Integration zu unterstützen.

verändern sich Rollenmodelle sowie das eigene Selbstkonzept (vgl. Backes/Clemens 2013, S. 12 ff.). Entscheidend für die Phase des Ruhestands ist auch die Frage nach finanzieller Absicherung. Erwerbsbiografie und Rentenhöhe bestimmen den Bewegungsspielraum eines älteren Menschen. Im Vergleich zu früher ist eine deutliche Verlängerung und Verjüngung der Lebensphase Alter zu erkennen (vgl. Amrhein 2006), bedingt durch bessere Ernährung und medizinische Möglichkeiten. In der Individualbiografie eines Menschen ist das Alter heute kein natürlicher Endpunkt, sondern bietet neue Räume zur Selbstentfaltung und verlangt ein hohes Maß an Neuorientierung für jeden Einzelnen (vgl. ebd.).

Für die Gesellschaft bedeutet das, Strukturwandelprozesse wahrzunehmen und passende Strategien zu entwickeln, denn:

„Altern ist nicht nur ein naturgegebener, empirisch beschreibbarer Prozess, sondern stets auch Ergebnis einer sozialen Aushandlung bzw. von Diskursen über das Alter“ (Kade 2009, S. 37).

Eine Aufgabe für die Zukunft wird es also sein, älteren Menschen Möglichkeiten zur (digitalen) Partizipation zu eröffnen. Denn wenn eine Gesellschaft bestimmten Bevölkerungsgruppen keine passenden Angebote schafft, werden diese ausgeschlossen. Deshalb ist es wichtig, Angebote auf die Lebenswirklichkeit von älteren Menschen auszurichten, also die finanzielle und körperliche Situation der Zielgruppe zu berücksichtigen.¹⁰ Zentrales Moment dieser Ausrichtung ist die Lebenswelt des Individuums, die abhängig ist von

„dem bisherigen, persönlichen Lebensweg, dem Lebensstil und den Präferenzen sowie den damit einhergehenden Chancen und Risiken“ (BMFSFJ 2012b, S. 10).

Lebenswelten in der Lebensphase Alter werden durch verschiedene Faktoren beeinflusst: körperliche, psychische, soziale und gesellschaftliche (vgl. Backes/Clemens 2013, S. 14). Allein das kalendarische Alter erlaubt keine Aussagen über diese Aspekte, da Menschen unterschiedlich (schnell) altern.¹¹ Aus diesem Grund orientieren sich heutige Modelle des Alterns auch

10 Ein Beispiel hierfür ist die Beachtung der Richtlinien der Barrierefreiheit bei der Konzeption von Internetseiten.

11 Sylvia Kade (2009, S. 38) weist bezüglich des körperlichen Alters auf Folgendes hin: „Altern kann in seinem Verlauf verzögert, in seiner finalen Richtung aber nicht aufgehalten werden.“

nicht am Lebensalter, sondern an den vorhandenen Kompetenzen einer Person in verschiedenen Lebensbereichen (vgl. ebd., S. 22 ff.). Buttler (1988, S. 16 ff.) schlägt eine Typologie älterer Menschen vor, die sich auf vorhandene Fähigkeiten und Fertigkeiten in physischen, psychischen, sozialen und gesellschaftlichen Funktionsbereichen bezieht (vgl. auch Backes/Clemens 2013, S. 23):

- **Junge Alte:** Diese Gruppe von älteren Menschen verfügt über die Fähigkeiten und Fertigkeiten, Leistungen für andere wie zum Beispiel die Familie, den Freundeskreis, aber auch in Vereinen oder in der Gemeinde zu erbringen. Das Engagement, die Vernetzung und die Qualität der Interaktion des Einzelnen mit seiner Umwelt stehen hierbei im Mittelpunkt. Welche Leistungen ein Junger Alter erbringt, spielt eine untergeordnete Rolle.
- **Alte:** Von der Gruppe der Alten wird nach Buttler gesprochen, wenn die Fähigkeiten und Fertigkeiten, Leistungen für andere zu erbringen, wegfällt, aber die Selbstkompetenz erhalten bleibt. Mit Selbstkompetenz ist gemeint, dass die Person noch für sich selbst sorgen kann.
- **Alte Alte:** Bei der Gruppe der Alten Alten ist die Selbstkompetenz eingeschränkt. Sie können sich nicht mehr komplett selbst versorgen und sind auf fremde (ambulante) Hilfe wie beispielsweise einen Pflegedienst angewiesen.
- **Pflegebedürftige:** Die vierte Gruppe älterer Menschen wird definiert über den Verlust der Selbstkompetenz, die zu einer Pflegebedürftigkeit und zur absoluten Abhängigkeit, zum Beispiel in Form einer stationären Heimunterbringung führt.

Der Vorteil einer Einteilung älterer Bevölkerungsgruppen nach vorhandenen Kompetenzen ist, dass diese Herangehensweise der fortschreitenden Individualisierung und Pluralisierung von Lebensläufen und Lebensformen gerecht wird (vgl. Backes/Clemens 2013, S. 56). So können Menschen trotz eines hohen kalendarischen Alters noch zu vielen Leistungen in diversen Lebensbereichen fähig sein. Die Idee des „funktionalen Alters“ greift diesen Aspekt auf.¹²

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass die Bevölkerung ab einem Alter von 60 Jahren mit dem Eintritt in die Lebensphase Alter sehr hetero-

12 Hinze (2002, S. 13) kritisiert jedoch am Modell Buttlers, dass der Begriff der Leistung „so vage ist, dass er kaum Trennschärfe besitzt“.

gen hinsichtlich ihrer Lebensgestaltung und ihres funktionalen Alters ist. Potenziale der Lebensphase Alter können nur dann ausgeschöpft werden, wenn dem Individuum genügend Ressourcen zur Verfügung stehen. Die Verwirklichung von Lebensentwürfen oder Zielen ist nicht ausschließlich durch die vorherige Erwerbs- oder Bildungsbiografie bestimmt, sondern ebenfalls durch individuelle Determinanten wie das Geschlecht oder die soziale Herkunft und die damit verbundenen charakteristischen Lebenslagen, den Normen und Rollenvorstellungen (vgl. BMFSFJ 2005, S. 29).

2.4 Individuelle Determinanten im Alter

Individuelle Determinanten sind auf unterschiedlichen Ebenen zu finden. Körperliche Aspekte spielen ebenso eine Rolle wie psychische Faktoren, das soziale Beziehungsgeflecht und die gesellschaftliche Einbindung. Generell lässt sich für die Lebensphase Alter ein unausgeglichenes Geschlechterverhältnis feststellen. Daten des Statistischen Bundesamts (2009a, S. 18) zeigen, dass der Anteil von Frauen zu Männern über 60 Jahren deutlich steigt. Noch deutlicher zeigt sich das Ungleichgewicht zwischen 70 und 80 Jahren: Auf 3,2 Millionen Männer kommen etwa 4 Millionen Frauen. Ursachen für dieses unausgewogene Verhältnis liegen in der niedrigeren Lebenserwartung von Männern¹³ und sind durch die Kriegsverluste vor allem in der männlichen Bevölkerung im Zweiten Weltkrieg bedingt (vgl. Kade 2009, S. 26). Backes und Clemens (2013, S. 45) verweisen darauf, dass sich das Männer-Frauen-Verhältnis bis zum Jahr 2040 wieder stärker angleichen wird. Über 80 Jahren wird jedoch weiterhin von einer weiblichen Dominanz ausgegangen (vgl. ebd.).

Mit der Feminisierung des Alters geht häufig eine Singularisierung einher. Singularisierung meint das Alleinleben in einem Haushalt (vgl. ebd.). Das Phänomen, dass Menschen in verschiedensten Lebensabschnitten, nicht nur im Alter, alleine leben, ist ein neuzeitliches. Größere Familienverbände, wie sie noch vor 100 Jahren üblich waren und in denen mehrere Generationen unter einem Dach lebten, sind durch gesellschaftliche Veränderungen zunehmend unüblich. Grundlegende gesellschaftliche Veränderungen sowohl sozialstruktureller wie auch normativer Art haben seit den 1970er-Jahren zu starken Veränderungen der klassischen (Kern-)Familie

13 Während Männer, die im Jahr 1991 geboren wurden, ein durchschnittliches Alter von 72,4 Jahren erreichen werden, werden Frauen des gleichen Jahrgangs durchschnittlich 79 Jahre alt werden (vgl. BMFSFJ 2013, S. 9).

geführt (vgl. Nave-Herz/Onnen-Isemann 2003, S. 294 f.). Heute sind neben „klassischen“ Familienmodellen (Mutter, Vater, Kind) auch viele andere Familienformen wie Patchwork-Familien oder Alleinerziehende mit Kind keine Seltenheit mehr.

Eine häufige Lebensform im Alter ist das Alleinleben. Singularisierung ist jedoch hauptsächlich ein

„Frauenphänomen, da diese wesentlich häufiger von Verwitwung betroffen sind als Männer (Frauen leben länger und sind meistens einige Jahre jünger als ihr Ehemann“¹⁴ (Amrhein 2006).

Singularisierung muss jedoch nicht mit Vereinsamung einhergehen, da alleinlebende Frauen häufig die in der Freizeit zur Verfügung stehenden zeitlichen Ressourcen nutzen, um Kontakte zur Außenwelt zu pflegen. Ältere alleinlebende Menschen sind jedoch dann von Einsamkeit betroffen, wenn die selbstständige Lebensführung nicht mehr möglich ist und sie aufgrund zum Beispiel einer eingeschränkten körperlichen Beweglichkeit an einen bestimmten Ort gebunden sind (vgl. Kade 2000, S. 242).

Beobachtungen wie diese sind im Hinblick auf die Konzeption einer Seminarreihe von großer Bedeutung. Auch die jeweiligen Veränderungen in den unterschiedlichen Funktionsbereichen müssen stärker in den Blick genommen werden, um die Lebenswelt älterer Menschen zu verstehen und zu berücksichtigen. Für das Ziel der Medienkompetenzförderung von Senioren im Bereich PC und Internet werden im Folgenden weitere individuelle Altersdeterminanten näher erläutert.

2.4.1 Die körperliche Dimension

Der Körper eines Menschen ist im Laufe seines Lebens eines natürlichen Alterungsprozesses unterworfen.

„Altern ist eine irreversible zeitabhängige Veränderung von Struktur und Funktion lebender Systeme“ (Collatz 2013).

Maßgeblich von diesen Veränderungen betroffen sind unter anderem der Muskelapparat, die Organe, die Augen, die Ohren und die Knochen. Körperliche Alterungsprozesse werden zudem von mehreren Faktoren beein-

14 „Zusammenleben im Alter ist Männerschicksal: Der überwiegende Teil der Männer ist verheiratet und wird bis zum Lebensende durch eine Partnerin versorgt“ (Kade 2009, S. 27).

flusst. Erstens von der körperlichen Belastung im Laufe des Lebens. Schwere Arbeitstätigkeiten, schädliche Umweltfaktoren in unterschiedlichen Lebensbereichen sowie Unfälle oder Krankheiten prägen den Alterungsprozess eines jeden Menschen individuell. Auch Ernährung, Zugang zu medizinischen Einrichtungen und sportliche Betätigung haben einen großen Einfluss auf den körperlichen Alterungsprozess. Ein weiterer Einflussfaktor ist die Erwerbsbiografie. Je nach Beruf und Bildungsstand sind Menschen unterschiedlichen Bedingungen und damit unterschiedlichen Graden an Verschleiß ausgesetzt. Zum Beispiel weisen Ältere mit einem hohen Bildungsstand eine bessere Gesundheit auf, weil sie sportlich aktiver sind (vgl. BMFSFJ 2012b, S. 20).

Zweitens spielen die Gene eine zentrale Rolle im Alterungsprozess des Menschen. Die genetische Begrenzung der Zellteilung im Körper führt zwangsläufig zu Alterungsprozessen.

„Wenn im Lebensverlauf zunehmend Zellen durch Schäden, Absterben und andere Ursachen ausfallen, sind damit Funktionseinbußen verbunden“ (Bacles/Clemens 2008, S. 95).

Aus den genannten Punkten resultieren individuelle Alterserscheinungen eines Menschen.

„Die Einflussfaktoren bewirken, dass mit zunehmendem Alter die ermittelten Leistungsfähigkeiten stark variieren. Individuelles Altern ist also geprägt von der Lebens- und Arbeitsbiografie der Individuen“ (Langhoff 2009, S. 34).

Die Konzentration auf Funktionseinbußen im Alter verstärkt jedoch einen stark defizitären Blick auf die Lebensphase Alter.

„Die defizitäre Entwicklung der physiologischen Parameter mit dem Alter liest sich wie ein Katalog des Schreckens“ (ebd.).

Altersbedingte Funktionseinbußen sind, wie gezeigt, stark individuell geprägt, und je nach vorhandenen Leistungsparametern können verlorengangene Fähigkeiten durch andere Funktionsbereiche mühelos kompensiert werden.¹⁵

15 In einer Untersuchung des BMFSFJ (vgl. 2012b, S. 21), in der Personen und die Anzahl der vorhandenen Krankheiten verglichen wurden, die im Jahr 1996, 2002 und 2008 dasselbe Alter erreicht hatten, zeigte sich, dass jüngere Jahrgänge eine teilweise deutlich geringere Zahl von Erkrankungen aufweisen.